صدارتی انعام یافتہ

GOVERNMENT OF PAKISTAN
DISTINCTION
AWARD
1996

بچے کی تربیت

اسلامی تعلیمات کی روشنی میں

كلكم راع و
كلكم مسئول
عن رعيته

ڈاکٹر اُمِ کلثوم

بچے کی تربیت

اسلامی تعلیمات کی روشنی میں

ڈاکٹر اُمِ کلثوم

دعوة اکیڈمی، بین الاقوامی اسلامی یونیورسٹی

پوسٹ بکس نمبر ۱۴۸۵، اسلام آباد، پاکستان

نام کتاب	:	بچے کی تربیت اسلامی تعلیمات کی روشنی میں
مصنفہ	:	ڈاکٹر ام کلثوم
نگران طباعت	:	حیران خٹک
کمپوزنگ	:	القا کمپوزنگ پوائنٹ۔ راولپنڈی
طابع	:	ادارہ تحقیقات اسلامی پریس، اسلام آباد
اشاعت اوّل	:	۱۹۹۵ء
اشاعت دوم	:	۱۹۹۶ء
اشاعت سوم	:	۲۰۰۰ء
اشاعت چہارم	:	۲۰۰۶ء
تعداد اشاعت	:	۳۰۰۰
قیمت	:	۸۰ روپے

ISBN-969-556-036-3

ناشر

دعوۃ اکیڈمی، بین الاقوامی اسلامی یونیورسٹی

پوسٹ بکس ۱۴۸۵، اسلام آباد

فہرست عنوانات

۱۔ ابتدائیہ ۷
۲۔ تعارف ۹
۳۔ تربیت اولاد کی ابتداء ۱۳
۴۔ تربیت کے ذرائع ۱۷
۵۔ تربیت کے چند بنیادی اصول ۲۷
۶۔ بچے کے حقوق ۳۳
۷۔ بچوں کی زندگی کے اہم ادوار ۴۱
۸۔ بچوں کی غذائی ضروریات ۴۸
۹۔ بچوں کی صحت کے اہم مسائل ۷۳
۱۰۔ صحت و صفائی ۹۱
۱۱۔ بچوں کی تعلیم ۱۱۵
۱۲۔ نظم و ضبط ۱۱۸
۱۳۔ تربیت کی اہم ضروریات ۱۲۷
۱۴۔ حسن اخلاق کی تعلیم ۱۷۵
۱۵۔ دعا ۱۸۶

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

ابتدائیہ

اسلام دین فطرت ہے۔ اس نے انسانیت کی ہر دور میں رہنمائی کی ہے۔ انسان کی نجی زندگی ہو یا معاشرے کے اجتماعی مسائل و معاملات ہوں۔ اس سلسلے میں اسلام کی ہدایات بہت واضح ہیں۔ قرآن مجید میں انسانی معاشرے کی تشکیل و تعمیر کے لیے جو احکام درج ہیں' ان کی روشنی میں نبی آخر الزمان صلی اللہ علیہ وسلم نے عملی طور پر ایک مثالی اسلامی معاشرہ تشکیل دیا۔ اس معاشرے میں چھوٹے بڑے' امیر و غریب' بچے بوڑھے' مرد اور خواتین سب کے حقوق و فرائض کا تعین کر دیا گیا۔ جس کے نتیجے میں جہالت کی تاریکیوں میں گم انسانیت کو ہمیشہ کے لیے راہ ہدایت میسر آ گئی۔

اسلام نے معاشرے کے ہر طبقے کی ہدایت و رہنمائی کے جو اصول و ضوابط مقرر کیے ہیں' ان میں بچوں کی تعلیم و تربیت اور پرورش کے اصول بھی شامل ہیں۔ قرآن مجید میں مختلف مقامات پر بچوں کو آنکھوں کی ٹھنڈک اور زندگی کی رونق کہا گیا ہے۔ ہمارے نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے بچوں کو جنت کی تتلیوں اور پھولوں سے تعبیر فرمایا۔

آقائے دو جہاں رحمت للعالمینؐ کا بچوں سے پیار اور شفقت رہتی دنیا تک والدین کے لیے مینارۂ نور بنی رہے گی۔ آپؐ نے بلاامتیاز رنگ و نسل ہر بچے سے پیار فرمایا۔ عید کے موقع پر پھٹے پرانے کپڑے پہنے یتیم و بے آسرا اور افسردہ بچے کو اپنے ساتھ گھر لے گئے' نئے کپڑے لے کر دیئے اور اسے بھی دوسرے بچوں کی طرح عید کی خوشیوں میں شریک کیا۔ جب کوئی کھانے پینے کی نئی چیز آتی تو آپؐ سب سے پہلے

بچوں میں تقسیم فرماتے۔

بچے ہماری زندگی کے شگفتہ پھول' ہمارے مستقبل کی روشن امیدیں اور ہماری آنکھوں کی ٹھنڈک ہیں۔ ان کی تربیت کے لیے قرآن و سنت کی کیا تعلیمات ہیں۔ اس سلسلہ میں محترمہ ڈاکٹر ام کلثوم نے بڑی محنت اور عرق ریزی سے بچوں کی تربیت کے لیے مسودہ تیار کیا ہے اور شعبہ بچوں کا ادب کے انچارج ڈاکٹر محمد افتخار کھوکھر اور معاون طارق انیس نے نظرثانی کا کام احسن انداز میں انجام دیا ہے۔ دعوۃ اکیڈمی اسے والدین کی رہنمائی کے لیے شائع کر رہی ہے تاکہ وہ اپنی اولاد کی اسلامی خطوط پر تربیت کر سکیں۔

دعوۃ اکیڈمی' عالمی ادارہ اطفال (UNICEF) کی ممنون ہے کہ اس نے "اسلامی تعلیمات کی روشنی میں بچے کی تربیت" کے موضوع پر اس کتاب کی اشاعت کے لیے بھرپور تعاون کیا۔ امید ہے یہ تعاون آئندہ بھی جاری رہے گا۔

ڈائریکٹر جنرل

دعوۃ اکیڈمی

تعارف

اللہ تعالیٰ نے اس کائنات میں انسان کو بے شمار نعمتیں عطا کی ہیں ان میں بچے سب سے بڑی نعمت ہیں۔ بچے نسل انسانی کا تسلسل ہیں۔ اس زمین پر اپنے رب کی خلافت کے امین ہیں۔ بچوں کی مناسب تربیت کے لیے ان کی اس بنیادی اہمیت کو سمجھنے کی ضرورت ہے "تحفہ" جس قدر بڑا ہو اور جتنی بڑی ہستی کی جانب سے ہو اتنی ہی اس کی زیادہ قدر کی جاتی ہے۔ رب کائنات کے عطا کردہ اس عظیم تحفے کی ایسی قدردانی ضروری ہے جو اس کے شایان شان ہو۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے بچوں کو "جنت کے پھول" قرار دیا ہے۔ اس تشبیہ کا مقصد محض بچوں کی نزاکت و لطافت کا اظہار ہی نہیں بلکہ والدین کے لیے ہدایت بھی ہے کہ بچوں کی دیکھ بھال اور تعلیم و تربیت کو معمولی کام نہ سمجھیں۔ رب کریم نے ایک بڑی قیمتی امانت ان کے سپرد کی ہے کہیں ایسا نہ ہو کہ ان کی معمولی سی کوتاہی سے یہ "خوبصورت پھول" مرجھا جائے۔ ان کی تربیت میں یہ خیال رہے کہ ہمیں نہ صرف انھیں "جنت ارضی" میں سربلندی کے لیے تیار کرنا ہے بلکہ ان کے اخلاق و کردار کو اس طرح آراستہ کرنا ہے کہ وہ "جنت حقیقی" کے بھی اہل قرار پائیں۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے:

"ہر بچہ دین فطرت پر پیدا ہوتا ہے پھر والدین اسے یہودی یا نصرانی یا مجوسی بنا دیتے ہیں۔"

بچے کی تربیت کی سب سے بڑی ذمہ داری والدین پر ڈالتے ہوئے بتایا گیا ہے کہ یہ ان کی تربیت ہے جو بچوں کو اپنے رب کا فرمانبردار بنا کر ہمیشہ کی فلاح اور کامیابیاں نصیب کر دے یا وہ نافرمان بندے بن کر ہمیشہ کے خسارے کے مستحق ٹھہریں۔ بچے کی تربیت اتنا اہم اور نازک فریضہ ہے کہ حضورؐ نے فرمایا:

"کسی باپ نے اپنی اولاد کو کوئی عطیہ اور تحفہ حسن ادب اور اچھی سیرت سے بہتر نہیں دیا۔" (جامع ترمذی)

ایک اور جگہ اس فریضہ کی اہمیت ان الفاظ میں بیان کی گئی ہے:

"باپ اپنی اولاد کو جو کچھ دے سکتا ہے اس میں سب سے بہتر عطیہ اولاد کی اچھی تعلیم و تربیت ہے۔" (مشکوۃ)

اولاد کا حق اپنے والدین پر یہ ہے کہ جب اللہ نے ان کو اولاد کی تخلیق کا ذریعہ بنایا ہے تو وہ اس مقصد حیات کی تکمیل اس کی نشوونما اور ترقی کے لیے وہ تمام ذرائع مہیا کریں جو ان کی استطاعت میں ہیں۔ اسلام کے نزدیک اولاد کی پرورش میں سب سے اہم بات یہ ہے کہ والدین بچے کی دنیا ہی نہیں آخرت سنوارنے کی فکر بھی پہلے دن سے کرتے رہیں۔

اسلام نے بچے کی تربیت اور پرورش کی زیادہ تر ذمہ داری باپ پر ڈالی ہے لیکن ظاہر ہے کہ ماں اور بچے کا تعلق اور قربت ماں کو بچے کی تربیت کے زیادہ مواقع مہیا کرتی ہے۔ ماں کے اس اہم مقام کے باعث ہی باپ پر سب سے پہلی ذمہ داری یہ ہے کہ وہ نکاح کے وقت یہ دیکھے کہ وہ کس خاتون سے نکاح کر رہا ہے۔ حضورؐ نے فرمایا:

"دنیا متاع ہے اور اس کی سب سے بہتر متاع نیک عورت ہے۔"

(ریاض الصالحین)

اس لیے کہ نیک خاتون خانہ ہی اپنے شوہر کے گھر کے ماحول کو خدا پرستانہ رنگ میں رنگنے کی اہلیت رکھتی ہے۔ ایک اور موقع پر آپؐ نے فرمایا:

"عورت سے چار چیزوں کے باعث نکاح کیا جاتا ہے اس کے مال کے باعث' اس کے حسب و نسب کے باعث' اس کی خوبصورتی کے باعث اور اس کی دینداری کی وجہ سے (اے مخاطب) تیرے ہاتھ خاک آلود ہوں تو دیندار عورت کو حاصل کر۔" (بخاری)

دیندار اور مومن خاتون سے شادی کی ترغیب اسی لیے دی گئی ہے کہ وہ نہ صرف شوہر کے لیے تقویت ایمان کا باعث ہوتی ہے بلکہ نسل نو کی تعمیر میں بھی اسے سب سے اہم کردار ادا کرنا ہے۔ اسلام نسل نو تک پہنچنے والے دور رس اثرات کا ادراک کرتے ہوئے اس گود کو سب سے زیادہ اہم قرار دیتا ہے جہاں اسے پلنا بڑھنا ہے۔

اگر گھر کو بقول مولانا مودودیؒ انسان سازی کا کارخانہ سمجھا جائے تو جیسے کارخانہ دار چاہتا ہے کہ اسے بہترین انجینئر مل جائے تاکہ اس کی پیداوار بہترین ہو اسی طرح انسان سازی کے لیے بھی بہترین مینیجر' بہترین انجینئر حاصل کرنے کی تگ و دو لازم ہے تاکہ اس کے ذریعے تیار ہونے والے انسان بہترین سانچے میں ڈھل کر نکلیں۔

سائنسی طور پر یہ طے شدہ حقیقت ہے کہ عورتیں بچوں کی ضروریات' سہولت اور جذبات کے بارے میں بہتر سوجھ بوجھ رکھتی ہیں۔ اس لیے انسان سازی کا کام وہ بطریق احسن کر سکتی ہیں۔ ابتدائی زمانہ سے ہی ہر دور میں یہ ذمہ داری خواتین کے سپرد رہی ہے۔ اسی حقیقت کے اظہار کے لیے نپولین بوناپارٹ کا قول ہے:

"تم مجھے اچھی مائیں دو میں تمہیں اچھی قوم دوں گا"

اقبال بھی ماں کی اس عظمت کا اعتراف ان الفاظ میں کرتے ہیں۔

شرف میں بڑھ کر ثریا سے مشت خاک اس کی
کہ ہر شرف ہے اسی درج کا در مکنوں!
مکالمات فلاطوں نہ لکھ سکی لیکن
اسی کے شعلے سے ٹوٹا شرار افلاطوں!

ایک مسلمان ماں کو اپنے بچے کی پرورش و تربیت ان خطوط پر کرنی چاہیے کہ وہ نہ صرف جسمانی طور پر بہترین صلاحیتوں کا حامل ہو بلکہ ذہنی طور پر بھی سب سے فائق ہو۔ تاکہ اس جہاں میں اپنے رب کی نیابت کا فریضہ بخوبی ادا کر سکے۔

مفتی محمد شفیعؒ سورۃ انعام آیت ۱۵۱ کی تشریح میں لکھتے ہیں:

"اولاد کو صحیح تعلیم و تربیت نہ دینا جس کے نتیجہ میں وہ خدا اور رسول صلی اللہ علیہ وسلم اور آخرت کی فکر سے غافل رہے' بداخلاقیوں اور بے حیائیوں میں گرفتار ہو یہ بھی قتل اولاد سے کم نہیں۔ قرآن کریم نے اس شخص کو مردہ قرار دیا ہے جو اللہ کو نہ پہچانے اور اس کی اطاعت نہ کرے۔

آیت افمن کان میتا فاحیینا میں اسی بات کا تذکرہ ہے کہ جو لوگ اپنی اولاد کے اعمال و اخلاق کے درست کرنے پر توجہ نہیں دیتے یا ایسی غلط تعلیم دلاتے ہیں جس کے نتیجہ میں اسلامی اخلاق تباہ ہوں وہ بھی ایک طرح سے قتل اولاد کے مجرم ہیں۔ ظاہری قتل تو صرف دنیا کی چند روزہ زندگی کو تباہ کرتا ہے لیکن یہ قتل انسان کی اخروی اور دائمی زندگی کو تباہ کر دیتا ہے۔" (معارف القرآن' جلد سوم' ص ۴۸۴)

تربیت اولاد کی ابتداء

تربیت اولاد کے اہم ترین فریضہ کی ادائیگی کے لیے ہماری جو واضح راہنمائی کی گئی ہے وہ یہ ہے:

علم حاصل کرو مہد سے لحد تک"

اس قول کو پیش نظر رکھا جائے تو بات واضح ہوتی ہے کہ بچے کی تعلیم و تربیت کا کام پہلے دن ہی سے شروع ہو جاتا ہے۔ لیکن یہ پہلا دن کون سا ہے؟ قرار حمل کا پہلا دن؟ پیدائش کا پہلا دن؟ یا اس سے بھی پہلے؟

اسلام نے نکاح کے لیے اچھے اخلاق سے آراستہ دیندار زوجین کی تلاش کا حکم دے کر یہ بات واضح کر دی ہے کہ یہ معاملہ قرار حمل سے بھی بہت پہلے شروع ہو جاتا ہے چنانچہ جدید تحقیق کے نتیجہ میں یہ حقیقت کھل کر سامنے آ چکی ہے کہ:

"زندگی کی ابتدا قرار حمل سے بہت پہلے ہو جاتی ہے۔ ماں باپ کی اپنی تہذیب' ان کے جذبات و خواہشات' ان کی ذہانت' ان کی تعلیم' ان کی شخصیت سب کچھ آنے والے بچے کی پرورش اور نشوونما پر اثر انداز ہوتے ہیں۔" (انسانی ترقی از کلاگر)

اس حقیقت کا جاننا ماں کے لیے سب سے زیادہ ضروری ہے۔ ماں ہر وقت بچے کی تربیت اور اخلاق سازی کے مقصد کو سامنے رکھے گی تو کچھ کر پائے گی۔

دوران حمل

دوران حمل ماں کو حسن اخلاق کا نمونہ ہونا چاہیے اسے ذہنی طور پر نئے آنے والے بچے کے استقبال کے لیے تیار ہونا چاہیے۔ علماء کرام شروع ہی سے اس بات کے قائل ہیں کہ دوران حمل ماں کو اچھے کاموں اور تلاوت قرآن میں مصروف رہنا چاہیے اور پریشان خیالی' لڑائی جھگڑے سے بچنا چاہیے۔

اب سائنسی طور پر یہ بات پایہ ثبوت کو پہنچ چکی ہے کہ کسی بھی طرح کا ذہنی دباؤ' پریشانی' جھنجلاہٹ اور غصہ جسم میں ہارمونز اور کیمیائی عوامل میں تبدیلی پیدا کر دیتے ہیں۔ حمل کے دوران یہ عوامل خون کے ذریعہ براہ راست بچے پر اثرانداز ہوتے ہیں اور بچہ جو تشکیل کے مراحل میں ہے' ان عوامل سے جسمانی اور ذہنی طور پر بے حد متاثر ہوتا ہے۔ یہ اثرات بسا اوقات زندگی بھر اس کا ساتھ نہیں چھوڑتے۔ مختلف تحقیقات میں جو نمایاں اثرات پائے گئے وہ یہ ہیں:

- پیدائش کے وقت بچے کا وزن کم ہوتا ہے۔
- بچہ جسمانی طور پر کمزور ہوتا ہے۔
- بچے کے طرز عمل میں نامناسب عادتیں پیدا ہو جاتی ہیں مثلاً وہ بہت زیادہ روتا اور چلاتا ہے اور اتنا حساس اور چڑچڑا ہوتا ہے کہ معمولی معمولی باتوں مثلاً بھوک پیاس یا رفع حاجت پر بھی اسے غصہ آ جاتا ہے۔ بسا اوقات یہ زندگی بھر کی عادت بن جاتی ہے۔
- جسمانی اعضاء پر جو اثر سب سے نمایاں نظر آتا ہے وہ بچے کے نظام ہضم میں خرابی ہے۔ اسے اکثر دست اور قے کی شکایت ہوتی ہے اور جوانی میں آنتوں کی مختلف بیماریوں کا شکار ہو جاتا ہے۔

جدید تحقیق کے نتیجہ میں یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ دوران حمل مختلف آوازیں مثلاً دھماکے' ہنگامے' شوروغل کی آوازیں بچے پر برے اثرات مرتب کرتی ہیں۔ صوتی اثرات کو عام انسان قابل توجہ نہیں سمجھتا لیکن یہ حقیقت ہے کہ ان میں سے ہر ایک بھرپور اثر رکھتا ہے۔

ماں جو خوراک کھائے یا دوائیں لے ان کا اثر ایک عام فرد بھی محسوس کرتا ہے لیکن بات یہ ہے کہ ماں کا ذہنی اتار چڑھاؤ' اس کا اخلاق و کردار' اس کی سوچیں' اس کی زبان سے ادا کئے جانے والے کلمات سب بچے پر اثرانداز ہو رہے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے ایک اہم امانت اس کے سپرد کی ہے' اس کی ذرا سی لاپروائی' غفلت یا جلد بازی اس امانت کو بلکہ نسل انسانی کے مستقبل کو کئی طرح کے نقصانات سے دوچار کر سکتی ہے۔

ماں کا طرز عمل خود اس کا اپنا اختیار کردہ نہیں ہوتا بلکہ گھر کے ہر فرد کا رویہ ماں کا طرزِ عمل متعین کرتا ہے۔ ضروری نہیں کہ گھر میں ہونے والے جھگڑے میں ماں ہی قصوروار ہو۔ انسان کی خوشی' غمی' فکر اس کے اپنے جذبہ حساسیت پر بھی مبنی ہوتے ہیں لیکن بالعموم یہ احساسات دوسروں کے طرزِ عمل کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ یوں یہ بات کہی جا سکتی ہے کہ گھر کا پورا ماحول اور گھر کا ہر ایک فرد آنے والے بچے کے ذہن پر اثرانداز ہوتا ہے۔

جدید طبی تحقیقات کے نتیجہ میں اب دوران حمل ماں ہی کو نہیں گھر کے دیگر افراد مثلاً خاوند' ساس وغیرہ کو بھی ہدایات میں شریک کیا جاتا ہے۔ جو ہدایت خاص طور پر دی جاتی ہے وہ یہ کہ "سب مل کر گھر کے ماحول کو خوشگوار رکھنے کی پوری کوشش کریں۔" اسلامی معاشرے میں نسل در نسل مسلمان خواتین اپنے بزرگوں سے اس اہم مرحلے میں جو ہدایات لیتی رہتی ہیں ان میں اللہ تعالیٰ کی عظمت اس کی قدرت اور حکمت پر بھروسہ اور کثرت سے تلاوت پاک کی تلقین شامل ہے۔

جہان تازہ میں نمود

اس دنیا میں آتے ہی ننھی منی سی جان آنکھیں کھول کر زمین اور آسمان کو غور سے دیکھنے لگتی ہے۔ اس کے حواس خمسہ پوری طرح کام کرتے ہوئے ہر بات اور ہر حرکت کو اپنے دماغ میں بٹھاتے چلے جاتے ہیں وہ محبت' غصہ' نرمی اور سختی میں پہلے روز ہی سے فرق محسوس کرنے لگتا ہے۔ وہ ماں اور دوسرے افراد کے برتاؤ میں فرق محسوس کر سکتا ہے۔ عام محاورہ ہے کہ "بچہ پہلے روز ہی سے ماں کی گود پہچانتا ہے۔"

گویا شروع کے اس مختصر عرصہ میں بچہ ماں کی گود اور اپنے اردگرد کے ماحول سے مانوس ہو جاتا ہے اور ماحول کا اثر قبول کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے جب حقیقت یہ ہے تو پھر بچے کی تربیت میں انتظار کس دن کا؟

امت مسلمہ کا ہر بچہ پیدا ہوتے ہی دائیں کان میں اذان اور بائیں کان میں اقامت و تکبیر سنتا ہے۔ اگرچہ بچہ نہ کلمات کے معنی سمجھتا ہے نہ اس کو بڑا ہونے کے بعد یاد رہتا ہے کہ میرے کان میں کیا الفاظ کہے گئے۔ لیکن دراصل ان چند الفاظ کے

ذریعہ اس کے ازلی اقرار عبدیت کو تقویت پہنچا کر کانوں کے راستے دل میں ایمان کی روشنی پہنچانا مقصود ہے۔

دوران رضاعت

تربیت تو ابتداء ہی سے ایک ایک لمحے کا کام ہے۔ علماء اسلام اس معاملہ کو اتنا اہم خیال کرتے ہیں کہ بچے کی رضاعت کے لیے ان کی ہدایت یہ ہے کہ اگر ماں خود دودھ نہ پلا رہی ہو تو ایسی آیا کا بندوبست کیا جائے جو دیندار اور پاکیزہ فطرت کی حامل اور صحت و صفائی اور نفاست کے اصولوں پر عمل کرنے والی ہو۔ علماء اسلام کے مطابق ماں کو چاہیے کہ بسم اللہ پڑھ کر دودھ پلائے۔ دودھ پلاتے ہوئے اپنی زبان سے ذکرالٰہی جاری رکھے کیونکہ اس کی زبان سے نکلے ہوئے الفاظ اور اس کے دلی جذبات بچے پر اثرانداز ہو رہے ہیں۔ جدید تحقیق اس بات کی تصدیق کرتی ہے۔

دودھ کے اثر کا تو اسلام اس حد تک قائل ہے کہ کوئی خاتون چند قطرے دودھ بھی کسی بچے کو پلا دے تو رشتہ رضاعت کے تحت نہ صرف دودھ پلانے والی خاتون بلکہ اس کے دیگر رشتہ داروں سے بھی قریب قریب وہی رشتہ قائم ہو جاتا ہے جو حقیقی ماں اور رشتہ داروں کے ساتھ ہوتا ہے۔

حساس دور حیات

بچے کی عمر کے ابتدائی چند ماہ بہت اہمیت کے حامل ہیں۔ بچوں کی نشوونما کے ماہرین اس دور کو بہت حساس دور قرار دیتے ہیں۔ کیونکہ اس دور میں نہ صرف یہ کہ اس کا دماغ، دماغی صلاحیتیں، جسم اور جسمانی صلاحیتیں تیزی سے نشوونما پا رہے ہوتے ہیں بلکہ اسی لحاظ سے اس کے سیکھنے کی اہلیت اور سیکھنے کی رفتار بھی تیز ترین ہوتی ہے۔ بچہ بڑی تیزی سے نئی نئی باتیں سیکھتا ہے۔ اس کے مشاہدات بلکہ سنی گئی ہر بات ذہن میں نقش ہوتی چلی جاتی ہے۔ ابتدائی چند ماہ میں اس کی شخصیت جس ڈھب پر ڈھلنا شروع ہو گئی آئندہ زندگی کے لیے وہی بنیاد کا کام دیتی ہے۔

تربیت کے ذرائع

ہر شخص' بالخصوص بچے تین ذرائع سے سیکھتے ہیں:

۱۔ تقلید ۲۔ رہنمائی ۳۔ تجربات

۱۔ تقلید

بچے کا ہر مشاہدہ اس کے ذہن میں نقش ہوتا چلا جاتا ہے۔ بڑے غیر محسوس طریقہ سے ہر دیکھی سنی بات اس کے کردار کا جزو بنتی چلی جاتی ہے۔

اس بنیادی اصول کو پیش نظر رکھتے ہوئے بچے کے سامنے گفتگو اور ہر معاملہ میں بڑا محتاط رویہ رکھنے کی ضرورت ہے۔ ان کے بارے میں یہ گمان کرنا درست نہیں کہ وہ تو ناسمجھ اور انجان ہیں۔

ہر وہ بات جو حیا کے منافی' جھوٹ اور لغو ہو جس طرح کسی بڑے کے سامنے کرنا غلط ہے اسی طرح بچے کے سامنے بھی غلط ہے۔ بچہ ہر لحاظ سے آپ کا مقلد ہے۔ آپ اسے جیسا بنانا چاہتے ہیں ویسا ہی نمونہ اس کے سامنے پیش کرنا ہو گا۔

عام قول ہے: "لڑکیاں اپنی نانی پر جاتی ہیں۔"

صدیوں کے تجربات و مشاہدات کی بنا پر ہی ایسے اقوال وضع ہوتے ہیں۔ گھر کا ماحول ماں بناتی ہے اور اس کی شخصیت خود اپنی ماں کی شخصیت کا پرتو ہوتی ہے۔

بچے کو جیسا بنانا ہے اس کے سامنے ویسا عملی نمونہ پیش کیجئے۔ بچے کیا بڑوں پر

بھی وعظ و تلقین کا وہ اثر نہیں ہوتا جو عملی نمونہ دیکھ کر ہوتا ہے۔ اس عملی نمونہ' کے افعال و کردار خودبخود بچے کی شخصیت کا جزو بنتے چلے جاتے ہیں۔

نمونہ کی ذات (Role Model)

تربیت کے معاملہ میں اس "نمونہ کی ذات" کو اتنی اہمیت حاصل ہے کہ رب کریم انسانوں کی اصلاح کے لیے ہمیشہ انبیاء علیہم السلام بھیجتے رہے۔ ان میں سے ہر ایک اپنے اپنے دور میں انسانیت کے لئے بہترین نمونہ رہے۔ ایسا اس لیے ہوا کہ انسانوں کو نمونہ کی ذات دیکھ کر عمل میں سہولت ہو۔ رب کریم کا فرمان ہمارے سامنے ہے:

"نبیؐ کی ذات میں تمہارے لیے بہترین نمونہ ہے۔"

ہمیں بتا دیا گیا ہے کہ کامیابی کی ضمانت اس "نمونہ" کی پیروی میں ہے۔ اس کی تقلید میں ہے۔

انبیاء علیہم السلام کا سلسلہ ختم ہونے کے بعد اب قیامت تک کے لیے نبی آخرالزمان محمد صلی اللہ علیہ وسلم کو نمونہ کی ذات قرار دے دیا گیا۔ نبی کریم محمد صلی اللہ علیہ وسلم اپنے تربیت یافتہ ساتھیوں کو مختلف اطراف میں انسانوں کی تربیت و رہنمائی کے لیے بھیجتے۔ آپؐ کی ہدایت ہے:

"میرے صحابہ ستاروں کی مانند ہیں ان میں سے جس کی بھی پیروی کرو گے ہدایت پاؤ گے۔"

یہ رہنما ہدایت ہمیشہ کے لیے تربیت کا اہم ستون رہی۔ ہر دور میں فقہاء و صوفیاء "نمونہ کی ذات" کی معیت و صحبت کو بڑا اہم قرار دیتے رہے۔ نمونہ کی ذات نظروں کے سامنے ہو تو عمل میں سہولت رہتی ہے۔

صحبت صالح ترا صالح کند
صحبت طالع ترا طالع کند

صالح ہم نشیں کی صحبت انسان کو نیکی اور پرہیزگاری سکھاتی ہے۔ "نمونہ کی ذات" جتنی اچھی اور مکمل ہو گی اس سے فیض یاب ہونے والے افراد اتنے ہی اچھے ہوں گے۔

صحبت اہل صفا نور و حضور و سرور
سرخوش و پرسوز ہے لالہ لب آب جو!

کم ہی ایسا ہوتا ہے کہ کوئی بدنصیب اچھی صحبت کے باوجود بے فیض رہ جائے۔ ہمیں نئی پود میں جن نقائص کا گلہ شکوہ رہتا ہے ان میں سے بیشتر "نمونہ" ہی کے نقائص ہوتے ہیں۔

تجربات سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ ابتدائی عمر میں بچے کی شخصیت پر سب سے زیادہ اثر انداز وہی ہوتے ہیں جو اس کے زیادہ قریب ہوتے ہیں۔ اس کے والدین اس کے قریب ترین ہوتے ہیں تو وہی اس کے "آئیڈیل" ہیں۔ ماں باپ سے جو فطری توجہ اور شفقت اسے حاصل ہوتی ہے اس کے سبب وہ ان کی شخصیت کے ہر پہلو کو اعلیٰ و ارفع اور قابل تقلید خیال کرتا ہے۔

اس معصومانہ دور میں جب وہ خود غلط اور صحیح کا علم نہیں رکھتا اور ابھی اس کی قوت فیصلہ نشوونما کے مراحل میں ہے۔ اس کے لیے ہر وہ بات صحیح ہے جسے اس کے والدین نے صحیح بتایا اور وہ بات غلط ہے جسے انہوں نے غلط کہہ دیا۔

بچہ بڑا اچھا نقال ہوتا ہے اور اس کا مشاہدہ بڑا تیز ہوتا ہے وہ ہر بات کو خوب غور سے ذہن نشین کر کے ہوبہو ویسا ہی کرنے کی کوشش کرتا ہے۔

فطری رجحان

بچہ تقلید ضرور کرتا ہے لیکن اندھی تقلید نہیں خالق کائنات نے ہر انسان کو منفرد بنایا ہے۔ ہر بچہ دوسرے سے مختلف صلاحیتوں کا مالک ہوتا ہے۔ ہر بچے کی دلچسپیاں کسی نہ کسی حد تک دوسرے سے جدا ہوتی ہیں ہر بچہ اپنی دلچسپی اور فہم کے مطابق ماحول سے اپنی پسندیدہ چیزیں اور پسندیدہ کردار چنتا ہے اس کا اظہار بچے کے طرز عمل سے ہوتا ہے۔

لڑکیاں ابتدا ہی سے ماں کی تقلید کرنے کی کوشش کرتی ہیں۔ ان کے کھیل ان کی گفتگو ان کی نشست و برخاست میں "ماں" کا رنگ صاف طور پر پہچانا جاتا ہے۔ دو تین سال کی عمر کی بچیوں میں یہ رنگ بہت نمایاں ہو کر سامنے آتا ہے۔ گڑیا گڈے کے کھیل میں ہوبہو ماں کی "نقالی" کی کوشش کرتی ہیں۔

بیٹے بالعموم اپنے والد کے اقوال و افعال کے نقال ہوتے ہیں۔ ان کی دلچسپیاں مردانہ قسم کے کاموں میں ہوتی ہیں' گڑیا گڈے سے انہیں کسی طرح کا شغف نہیں ہوتا۔ اس کے برعکس ہتھوڑی' پلاس اور پیچ کس میں ان کی دلچسپی نمایاں نظر آتی ہے بھاری بھاری چیزوں کو گھسیٹنا' دھونس جمانے کی کوشش کرنا' اس سے محسوس ہوتا ہے ایک عام معمول کے ماحول میں ہر بچے کو جنسی شناخت فطرتاً" ودیعت کی گئی ہے۔

۲۔ رہنمائی

نئی نئی باتیں اور کام سیکھنے میں مناسب رہنمائی' حوصلہ افزائی اور تربیت بڑی اہمیت کی حامل ہے۔ رہنمائی کے بغیر محض نقالی سے جو کچھ بچہ سیکھتا ہے اس میں غلطی کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔ اس کا فہم ابھی اتنا تربیت یافتہ نہیں کہ وہ درست نتائج اخذ کر

کے انہیں اپنے کردار کا جزو بنا سکے۔ اس موقع پر مناسب رہنمائی کے بغیر اس بات کا امکان رہتا ہے کہ کوئی غلط عادت یا رویہ پختہ ہو کر کردار کا حصہ بن جائے لیکن جب اس کی اصلاح کا خیال آئے تو وقت نکل چکا ہو۔ بچپن کی پختہ عادات کو بعد میں بدلنا بڑا مشکل ہوتا ہے۔

عام اصول یہی ہے کہ پختہ اور بلند عمارت بنانے کے لیے اس کی بنیادیں مضبوط بنانے کی جانب خصوصی توجہ دی جاتی ہے۔ بنیادیں اٹھاتے وقت معمار کی معمولی سی کوتاہی' غفلت یا تساہل ہمیشہ کے لیے عمارت کو بدنما یا کمزور بنا دیتے ہیں

خشت اول چوں نہد معمار کج
تا ثریا می رود دیوار کج!

نوخیز بچے کے کردار کی تعمیر' اس کے مزاج کی تشکیل کے لیے اس کے "معمار" کو اس سے کہیں زیادہ حاضر باش اور چوکنا رہنے کی ضرورت ہے جتنا کسی دوسری تعمیر میں کوئی معمار ہو سکتا ہے۔ یہ معاملہ اتنا نازک ہے کہ معمولی سی کوتاہی ہزاروں دوسرے افراد کو متاثر کر سکتی ہے۔ بلکہ نسل در نسل اس کوتاہی کا اثر منتقل ہو سکتا ہے' انسانیت ایک زبردست تباہی سے دوچار ہو سکتی ہے۔ اسلام اس تعمیر کے حسن و درستی کے بارے میں بڑا حساس ہے' وہ اس معاملہ میں والدین پر بھاری ذمہ داری عائد کرتا ہے۔ قرآن پاک کی واضح ہدایت ہے۔

قوا انفسکم واھلیکم نارا

ترجمہ: "اپنے آپ کو اور اپنے اہل و عیال کو آگ سے بچاؤ۔" (التحریم-٦)

محتاط اور فرض شناس والدین ہر لمحہ اپنی اولاد کے تحفظ کے لیے کوشاں رہتے ہیں۔ والدین کی ساری تگ و دو' ساری جدوجہد اولاد کے آرام و آسائش کے لیے

ہوتی ہے۔ والدین کی خواہش ہوتی ہے کہ دنیا کی بہترین نعمتیں جو وہ اپنے وسائل سے مہیا کر سکتے ہیں' کریں۔ بسا اوقات تو اولاد کی محبت میں ناجائز ذرائع تک استعمال کر گزرتے ہیں۔ محض اس لیے کہ اس مختصر دور حیات کے لیے کچھ سامان راحت مہیا ہو جائے۔ رب کائنات نے تنبیہہ کرتے ہوئے فرمایا ہے کہ:

"بے شک تمہارے لیے تمہارا مال اور اولاد فتنہ ہیں۔"

انسان اولاد کی اس محبت کی وجہ سے میدان کارزار میں اترنے سے گھبراتا ہے۔ اپنا مال و دولت دوسروں پر خرچ کرنے سے ہچکچاتا ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے بڑی درست تشخیص فرمائی ہے کہ:

"اولاد انسان کو بخیل اور بزدل بنا دیتی ہے"

اللہ اور اس کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کا منشا یہ ہے کہ انسان اولاد کی محبت میں غلط فیصلوں سے بچ جائے اور یہ محبت اسے اور اس کی اولاد کو ہمیشہ کے نقصان میں مبتلا نہ کر دے۔ ہر انسان اس قدر ہوشیار اور بیدار رہے کہ نہ صرف اس نقصان سے بچنے کی مسلسل کوشش کرتا رہے بلکہ اس کی محبت اور شفقت کا تقاضا یہ ہے کہ اپنی اولاد کے آرام و راحت کا اہتمام محض مختصر مدت زندگی کے لیے نہ کرے بلکہ ایسے اقدام کرے کہ لازوال نعمتوں کا وارث بن جائے۔ ہمیشہ کا آرام اور آسائش اس کو نصیب ہو اور دائمی خسارے اور عذاب سے محفوظ ہو جائے۔

ایسا اس وقت ہی ہو سکتا ہے جب والدین اپنی ذمہ داری پہچانتے ہوئے ہر لحہ اس فکر میں رہیں کہ کس طرح اپنے بچوں کو ناپسندیدہ افعال سے بچا کر رکھیں تاکہ وہ آخرت کے عذاب سے بچ جائیں۔ اس معاملہ میں ذرا سی ڈھیل بچے کا مستقبل ہمیشہ کے لیے تباہ کر سکتی ہے۔

اسلام ایک بنیادی حقیقت ذہن نشین کرواتا ہے کہ اولاد کو رب عظیم کی ایک امانت خیال کیا جائے۔ ایک گرانقدر امانت جو کچھ عرصہ کے لیے والدین کے سپرد کی گئی ہے۔ دیکھا یہ جاتا ہے کہ کون اس امانت کی حفاظت و نگہداشت کا حق ادا کرتا ہے' یہ حق ادا ہو گیا تو اس کے لیے آقائے دو جہاں حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی خوشخبری ہے کہ:

"دو بیٹیوں کی پرورش کرنے والا روز قیامت میرے ساتھ یوں ہو گا جیسے ہاتھ کی دو قریبی انگلیاں" (انگشت شہادت اور درمیانی انگلی)

نیک اولاد کو انسان کے لیے صدقہ جاریہ بنا دیا گیا ہے۔ ایسا صدقہ جس کا حسن عمل والدین کے نامہ اعمال میں مسلسل درج ہوتا چلا جاتا ہے۔

والدین کی بچوں کی تربیت و نگہداشت میں کی جانے والی محنت اور اس میں صرف کیا جانے والا وقت محض بچے کی دنیا و آخرت سنوارنے کا ذریعہ ہی نہیں' خود والدین کے لیے بھی ایک ایسی سرمایہ کاری ہے جس کا نفع لامتناہی ہے۔

نیک اولاد دنیا میں تو والدین کے لیے نیک نامی کا باعث ہے ہی آخرت میں بھی والدین کے درجات کی بلندی کا ذریعہ بن جائے گی۔ آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کے ایک ارشاد کا مفہوم ہے:

"حامل قرآن شخص' اس کے والدین اور اساتذہ بھی خوبصورت سونے کے تاجوں سے آراستہ اور اعلیٰ مسندوں پر بیٹھے ہوں گے۔"

درحقیقت نسل نو کی تربیت کا معاملہ اللہ اور اللہ کے رسولؐ کے نزدیک اس قدر اہم ہے کہ اس فریضہ کی ادائیگی میں حصہ لینے والا ہر شخص اپنے رب کے ہاں اجر و انعام کا مستحق قرار پائے گا۔

۳۔ تجربات (Hit+ Trial)

ہر انسان اپنی زندگی میں مختلف تجربات سے گزرتا ہے۔ ہر تجربہ اسے کچھ نہ کچھ سکھاتا ہے۔ اس معاملہ میں ہر فرد اپنے طور پر ایک "مجتہد" ہے کہ اپنے علم و فہم کے مطابق نتائج اخذ کرتا ہے۔ یہ اخذ کردہ نتائج اس کی شخصیت سازی میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

ایک فطری ماحول میں جہاں بچے کو تقلید کے لیے مناسب عملی نمونے بھی دستیاب ہیں' اسے توجہ اور رہنمائی بھی مل رہی ہے' بچہ اپنے تجربات سے نتائج اخذ کرنے میں بڑوں کی رہنمائی لے سکتا ہے۔ یہ رہنمائی اسے درست فیصلہ تک پہنچنے اور درست نتائج اخذ کرنے میں بڑی مدد دیتی ہے۔ رہنمائی کا یہ مطلب نہیں کہ ہر معاملہ میں اپنی رائے ٹھونسی جائے بلکہ مختلف امور میں کسی نہ کسی حد تک بچے کو اتنی آزادی ہونی چاہیے کہ وہ خود فیصلہ کرنا سیکھ سکے۔

اگر بدقسمتی سے بچہ ایسے ماحول میں ہے جہاں اس کے لیے کوئی قابل تقلید نمونہ موجود نہیں اور نہ ہی اسے ضروری توجہ اور رہنمائی مل رہی ہے تو پھر وہ ہر معاملہ میں خود ہی تجربے کرکے سیکھنا پسند کرتا ہے۔ غلطیاں کرکے کسی نہ کسی نتیجہ پر پہنچ ہی جاتا ہے۔

اگر ایسا ہو تو یہ عمل بہت وقت طلب ہے۔ بچہ بہت دیر میں کسی نتیجہ پر پہنچتا ہے جبکہ کوئی بڑا مناسب رہنمائی کرے تو نتائج اخذ کرنے کا کام نسبتاً آسان ہو جاتا ہے اور بچہ بھٹکنے سے بھی بچ جاتا ہے۔

بچے کے اپنے اجتہاد کے نتیجہ میں حاصل ہونے والے نتائج میں غلطی کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔ ضروری نہیں بچہ جس نتیجہ پر پہنچے وہ درست بھی ہو۔ تاہم یہ بات ہے

کہ اپنے حاصل کردہ نتائج پر انسان زیادہ اعتماد رکھتا ہے۔ اس سے اس کی شخصیت پر ایسے اثرات مرتب ہوتے ہیں جو آسانی سے بدلے نہیں جا سکتے۔ وہ بچے جو ابتدائی عمر ہی سے خود فیصلے کرنا سیکھتے ہیں' زیادہ فعال' جرات مند اور پراعتماد ہوتے ہیں۔ لیکن یہ جرات اور حوصلہ مندی ان کے انداز و اطوار میں جارحانہ رنگ بھی داخل کر دیتی ہے بالخصوص جب انہیں کسی مرحلہ پر کسی رہنمائی سے واسطہ نہ پڑے۔ مختصراً یہ کہا جا سکتا ہے کہ بالکل آزاد چھوڑ دینا' اس کے لیے کسی قدغن یا رہنمائی کا نہ ہونا genius کو بھی evil genius بنا سکتا ہے۔

عادت کی تشکیل

بچہ جو کام بار بار کرتا ہے یا اس سے کروایا جاتا ہے' وہ اس کی عادت کا حصہ بن جاتا ہے۔ مثلاً ماں بچے کو ہر مرتبہ کھانا کھلانے سے پہلے ہاتھ دھلاتی ہے' کچھ عرصہ بعد ماں کو اس تردد کی ضرورت نہیں رہتی کھانے کے وقت بچہ خودبخود ہاتھ دھونے چلا جاتا ہے۔

ماں ہر کام شروع کرنے سے پہلے ''بسم اللہ'' کہتی ہے' بچہ کی زبان خودبخود ان الفاظ کو اپنا لے گی۔ مختلف امور مثلاً لباس پہننے میں دائیں جانب کی فوقیت یا کھانے کے بعد الحمدللہ کہنا' بچہ کے سامنے جو کام بار بار دہرایا جائے گا وہ اسے اپنی عادت بنا لے گا۔ یہ عادت اس قدر پختہ ہو جاتی ہے کہ اس کے خلاف چلنا اس کے لیے مشکل ہو جاتا ہے۔

کسی کام کی عادت ڈالنے کے لیے عمر کا ابتدائی حصہ سب سے اہم ہے۔ ابتدائی دو سالوں تک کوئی کام کرنے کے لیے بچہ دلائل نہیں مانگتا اس وقت تک وہ صرف کیا؟ اور کیسے؟ کا سوال کرتا ہے وہ اپنے بڑوں سے یہ توقع رکھتا ہے اور یہ ان کی ذمہ داری

بھی ہے کہ وہ اسے بتائیں کہ اسے کیا کرنا ہے اور کیسے کرنا ہے؟ بچہ جرح کرتا ہے نہ ہر معاملہ کا تنقیدی جائزہ لے سکتا ہے۔ بالعموم تین سال کے بعد "کیوں"؟ کا جواب مانگنا شروع کر دیتا ہے۔ جوں جوں وہ بڑا ہوتا ہے ہر کام اور ہر بات کے لئے دلیل مانگتا ہے۔ وہ چاہتا ہے ہر کام کی حقیقت اس کے سامنے واضح کی جائے۔ اسے کیوں ہر کام سے پہلے بسم اللہ کہنا چاہیے' اسے کیوں دایاں جوتا پہلے پہننا چاہیے۔

اس عمر میں "کیوں"؟ کے فلسفیانہ جوابات سمجھنے کی اہلیت نہیں رکھتا۔ جواب میں اس کے فہم' دلچسپی کو پیش رکھنا ضروری ہے۔ لمبے چوڑے مشکل جوابات دینے سے جواب نہ دینا بہتر ہوتا ہے۔

جن امور کی اسے عادت ڈال دی گئی ہے ممکن ہے وہ عادتاً" ایسا کرتا رہے۔ لیکن جب تک مناسب دلائل سے اس کا ذہن مطمئن نہیں کیا جائے گا اس کی عادت پختہ نہیں ہو گی۔ بہت ممکن ہے اپنے سوالات کا تسلی بخش جواب حاصل نہ سکنے کے باعث کوئی کام جو پہلے کرتا چلا آیا تھا بڑا ہونے پر اسے ترک کر دے کیونکہ ایسا کرنا اسے بے معنی معلوم ہوتا ہو۔

تربیت کے چند بنیادی اصول

تربیت ایک مسلسل عمل ہے اس لیے بچے کو پہلے دن ہی سے عمدہ اخلاق کی تعلیم دینا شروع کر دینا چاہیے۔ وہ ایک باشعور ہستی ہے جس کا مشاہدہ بڑا تیز ہے۔ یہ کہنا درست نہیں ہے' "ابھی اسے کیا سمجھانا' بڑا ہو کر خود ہی سمجھ جائے گا۔"

جس طرح ہر آن ہر لحہ بچے کا جسم نشوونما پا رہا ہے بالکل اسی طرح اس کی عادات تشکیل پا رہی ہیں۔ جیسی محنت اور توجہ جسمانی ضروریات کی تکمیل کے لیے درکار ہے اس سے کہیں زیادہ ذہنی تربیت کے لیے درکار ہے۔

۲۔ تربیت کے معاملہ میں جزا و سزا ساتھ ساتھ چلتے ہیں۔ اچھے عمل پر جزا اور برے عمل پر سزا موقع و محل کی مناسبت سے دینا ضروری ہے۔

اندریں راہ می تراش و می خراش

گلستان کو خوبصورت بنانے کے لیے ہر پودے پر مسلسل نگاہ رکھنا' اس کی مناسب وقت پر تراش خراش کرتے رہنا باغبانی کا اہم اصول ہے۔

تربیت پر مامور "بزرگ" وہ مہربان سرجن یا طبیب ہے جس کے ایک ہاتھ میں نشتر اور دوسرے میں مرہم ہے اور ہر وقت اپنے زیرِ نگرانی فرد کو مکمل تندرست رکھنے کی فکر میں ہے۔

۳۔ سیکھنے کے عمل میں انسانی جسم کے اہم اعضاء اپنے اپنے حصہ کے افعال سرانجام دیتے ہیں۔ ذہنی پختگی اور کنٹرول کے لیے جسم میں موجود مختلف غدودوں کی کارکردگی بڑا

اثر رکھتی ہے۔ اس معاملہ میں سب سے اہم کردار adrenal gland کا ہے۔ پیدائش کے بعد ایک مختصر سے عرصے کے لئے (چند دن) تو اس کا سائز اور فعالیت بہت کم ہو جاتی ہے لیکن اس کے بعد یہ تیزی سے بڑھتا ہے اور پانچ سال تک تیزی سے بڑھتا رہتا ہے۔ بچے کے فہم اور نفسیات میں جو تبدیلیاں واقع ہوتی ہیں ان میں ان غدوروں کا بڑا اثر ہے۔ ان کی فعالیت ہی مختلف اعضاء کی پختگی اور کردار کو منضبط کرتی ہے۔

بچہ ایک کام اسی وقت سیکھ سکتا ہے جب وہ جسمانی اور ذہنی طور پر وہ کام سیکھنے کے لیے تیار ہو اس اہم اصول کو law of readiness کہتے ہیں۔

خالق کائنات نے اس معاملہ میں حیرت انگیز طور پر ہر بچے میں تدریج و ترتیب رکھی ہے۔ اس ترتیب کا لحاظ رکھے بغیر بچے کو کوئی کام سکھانا ایک کارلاحاصل ہے۔ مثلاً چھ ماہ کے بچے کو چلانے کی کوشش کرنا بے سود ہے۔ اس لیے کہ وہ ابھی اس کے لیے تیار نہیں۔ ایک سال کے بچے سے یہ توقع رکھنا کہ وہ اپنے کپڑے خراب کئے بغیر خود ہی آرام سے کھانا کھا لے بے جا ہو گا۔ اسی طرح اگرچہ بچہ ہر ہر لحہ سیکھنے کے عمل سے گزر رہا ہے لیکن لکھنا پڑھنا سیکھنے کے لیے زیادہ مناسب عمر ساڑھے تین سے ساڑھے چار سال ہے۔ مسلم معاشرہ میں سوا چار سال کی عمر سے مکتب میں بچے کی بسم اللہ کروائی جاتی ہے۔

مثانہ کا کنٹرول دو سے تین سال کی عمر میں کہیں مکمل طور سے ٹھیک ہوتا ہے اس سے پہلے یہ تو ممکن ہے کہ محتاط ماں وقفے وقفے سے رفع حاجت کی عادت ڈال دے لیکن کسی وقت کسی وجہ سے ماں کی توجہ کم ہو یا بچہ کھیل میں مصروف ہو تو کپڑے خراب ہونے کے پورے امکانات ہیں اس میں بچہ قصوروار نہیں کہ اس پر اسے ڈانٹ پھٹکار ہو یا سزا دی جائے۔ اپنا موڈ خراب کرنے یا بچے کو برا بھلا کہنے سے

پہلے یہ سوچنا ضروری ہے کہ بچہ اس کام کا اہل بھی ہے یا نہیں جس پر ناراض ہوا جائے۔

۴۔ ہر بچہ منفرد ہے۔ ہر بچے کی صلاحیتیں اور شخصیت دوسرے سے جدا ہے۔ ہر وقت بچوں کا باہم موازنہ کرتے رہنا صحیح طرز عمل نہیں۔ ایک بچہ سبق جلد یاد کرتا ہے دوسرا جلد یاد نہیں کر سکتا۔ ضروری نہیں جو سبق یاد نہیں کر رہا کند ذہن ہی ہے۔ ممکن ہے کہ اس کی توجہ کسی دوسری جانب زیادہ ہو۔ بچے کی صلاحیتوں اور دلچسپیوں کو پہچان کر ان سے کام لینے کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایک بچہ بڑی جلدی ڈسپلن سیکھ جاتا ہے۔ دوسرا کبھی آرام سے نہیں بیٹھ سکتا۔ ایک جلد بولنا شروع کر دیتا ہے دوسرا جلد چلنے لگتا ہے۔ یوں مختلف امور میں بچوں کا باہم مقابلہ و موازنہ' ایک کی تعریف دوسرے کی تنقیص بچے کے معصوم اور نازک ذہن کو ہمیشہ کے لیے متاثر کر سکتی ہے۔

والدین بچے سے جو توقعات وابستہ کرتے ہیں وہ بالعموم ان کی پسند و ناپسند معاشرتی دباؤ یا ماحول کے رسم و رواج کے تابع ہوتی ہیں۔ والدین اپنے ذہن میں ایک نقشہ مرتب کرتے ہیں جس کے مطابق وہ اپنے ہر بچے کو ڈھالنے کے خواہشمند ہوتے ہیں۔ اس منصوبہ سازی میں کوئی حرج نہیں بلکہ یہ بڑی خوش آئند بات ہے کہ ذہن میں کوئی پروگرام ہو لیکن یہ پروگرام بنانے میں جو بات ضروری ہے وہ یہ کہ منصوبہ اور نقشہ اتنا بے لچک نہ ہو کہ بچے کی اپنی صلاحیتیں سلب ہو کر رہ جائیں اور اس کی اپنی شخصیت ابھر کر سامنے ہی نہ آ سکے۔

بچے کی شخصیت کو منفرد بنانے میں مختلف عوامل کام کرتے ہیں ان عوامل کے نتیجہ میں ہم اس دنیا میں تقریباً اتنی ہی مختلف شخصیات دیکھتے ہیں جتنے خود لوگ ہیں۔ شاید ہی ایسا ہو کہ مزاج' عادات' کردار کے لحاظ سے کوئی دو افراد بالکل یکساں ہوں۔

جو مختلف عوامل انفرادیت پیدا کر رہے ہیں ان میں بہت اہم موروثی عوامل ہیں۔

موروثی عوامل

ہر بچہ ابتدا ہی سے جینیاتی (genetically) طور پر دوسرے سے مختلف ہوتا ہے۔ حمل کی ابتدا ہی میں رب کریم اپنی کسی خاص حکمت کے تحت تقریباً پچاس ساٹھ کروڑ جرثوموں میں سے صرف ایک کو بار آوری کے لیے منتخب کرتے ہیں۔ ان کروڑوں جرثوموں میں سے ہر ایک جینیاتی اعتبار سے دوسرے سے مختلف ہوتا ہے۔ بار آور کرنے والے اس خاص جرثومہ کے علاوہ اگر کوئی دوسرا جرثومہ اس بیضہ کو بار آور کرتا تو نتیجتاً" ایک بالکل ہی مختلف شخصیت ظہور پذیر ہوتی۔

یہ خصوصی انتخاب کیوں ہوتا ہے؟ اس کا کوئی تسلی بخش جواب ابھی تک ہمارے سامنے نہیں آیا۔ یہ رب رحیم و کریم' خالق کائنات کی اپنی حکمت اور تدبیر ہے کہ وہ کن اوصاف و کردار کے مالک افراد اس جہاں میں لانا چاہتے ہیں۔

الذی خلقک فسوک فعدلک○فی ای صورۃ ماشاء رکبک

(سورۃ الانفطار' آیت ۷-۸)

ترجمہ "وہی تو ہے جس نے تجھے بنایا اور (تیرے اعضاء کو) ٹھیک ٹھیک اور متناسب بنایا۔ اور جس صورت میں چاہا تجھے جوڑ دیا۔"

ہر انسان کو اس کی تخلیق کی ابتدا ہی سے شکل' صورت' صحت' صلاحیتوں' عادات اور تقریباً ہر معاملہ میں مخصوص جینیاتی اوصاف ودیعت کیے جاتے ہیں۔ یوں ہر انسان جو کچھ ہے اپنے جینز (genes) کی وجہ سے ہے بلکہ کسی حد تک جینز کا اسیر ہے۔

یہ رب کریم کی منشا کے خلاف ہو گا اگر انسان مکمل طور پر ان جینز کا اسیر بن کر رہ جاتا جو خود خالق رحیم نے اپنی مرضی اور حکمت کے تحت اسے ودیعت کر دیئے ہیں

جن کے انتخاب میں خود اس کا قطعاً کوئی دخل نہ تھا۔ اس صورت میں بھلا وہ اس امتحان میں اپنا کردار کیسے ادا کرتا جو اس کا مقصد آفرینش قرار دیا گیا۔ رب کریم نے خود فرمایا ہے۔

لیبلوکم ایکم احسن عملا (الملک۔۲)

اللہ تعالیٰ نے انسان کو امتحان میں کامیابی کی تیاری اور پھر اپنی مرضی سے جواب لکھنے کی پوری پوری آزادی دی ہے۔ انسان زندگی بھر بہت سے دوسرے عوامل سے متاثر ہوتا ہے یہ عوامل اس کی شخصیت پر اثرانداز ہوتے ہیں۔ اس کی عادات بدلنے کی قوت رکھتے ہیں۔ اس کے کردار کو ایک رخ عطا کرتے ہیں۔ بلکہ یوں کہا جا سکتا ہے کہ جینیاتی اوصاف (genetic characteristics) کو ایک ڈھب پر چلانے کی اہلیت رکھتے ہیں۔ حتیٰ کہ ان کے باہم امتزاج سے ایک ایسی شخصیت وجود میں آتی ہے جو خود بھی دوسروں پر اثرانداز ہونے' ان کے اخلاق و کردار کو بدلنے کی قوت رکھتی ہے یہی قوت تاثر اور آزادی عمل ہے جس کا امتحان ہے۔

دیگر عوامل

بے شمار دوسرے عوامل جو بچے کی شخصیت سازی میں مصروف عمل ہیں ان میں دوران حمل ماں کی صحت' خوراک' اوقات کار' سوچ سب بچے کی شخصیت اور اس کی قوت عمل کو متعین کرنے میں اپنا اپنا کردار کرتے ہیں۔

پیدائش کے بعد خاندان کے معاشی' سماجی' معاشرتی حالات گھریلو ماحول' خوراک' صحت' بیماری' ماں باپ کی اپنی تعلیم سب بچے کی شخصیت کو ایک رنگ دینے' اس کے جینیاتی اوصاف کو ایک ڈھب پر چلانے میں اپنا اپنا کردار ادا کرتے ہیں۔

ان عوامل کا اثر بالعموم تین چار سال کے بعد بچے کی شخصیت میں نمایاں طور پر

محسوس کیا جا سکتا ہے۔ خاندان میں بچے کی اپنی حیثیت' اس کے ساتھ کیا جانے والا برتاؤ' پیار' محبت' نفرت' دباؤ' مارپیٹ اور سختی بچے کے مزاج کی تشکیل میں اہم کردار کرتے ہیں۔

بچے کے حقوق

ہر معاشرہ اپنے افراد کو کچھ حقوق دیتا ہے اور کچھ ذمہ داریاں ان پر عائد کرتا ہے۔ والدین پر اولاد کا حق ہے کہ وہ اس کی حیات کی تکمیل اور اس کی نشوونما کی ترقی کے وہ تمام ذرائع مہیا کریں جو ان کی قوت اور استطاعت میں ہے۔ اسلام اس دنیا میں آنے والے ننھے منے بچوں کے جو حقوق متعین کرتا ہے وہ یہ ہیں:

۱۔ بچے کی آمد پر اظہار مسرت

بچے کا پہلا حق یہ ہے کہ اس دنیا میں اس کی آمد کا خوش دلی سے استقبال کیا جائے۔ اس معاملہ میں جنس کی بنیاد پر تفریق کرنا بڑی غلط روش ہے۔ بیٹا اگر دنیا کی زینت ہے تو بیٹی رحمت!

بیٹا اگر انسان کی اتنی ہی اہم ضرورت ہوتا تو نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو ضرور دیا جاتا۔ بلکہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے بیٹیوں کی پرورش کرنے والوں کو جنت کی خوشخبری دی ہے اور اچھی تربیت یافتہ بیٹیوں کو ماں باپ کے لئے جہنم سے آڑ قرار دیا ہے۔

۲۔ نام

اسلام بچے کا حق قرار دیتا ہے کہ اس کے والدین اس کا اچھا نام رکھیں۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم اچھے معنی والے ناموں کی تحسین فرماتے۔ جن ناموں کے اچھے معنی نہ ہوتے' آپؐ ان کو تبدیل فرما دیتے۔

معنی اچھے ہونے کے علاوہ کسی بزرگ اور نمایاں شخصیت کی نسبت سے نام رکھے جائیں تو مناسب ہے کہ اچھے افراد سے نسبت ظاہر ہو۔ اسلام ان امور کو بڑی اہمیت دیتا ہے۔ آج بھی دنیا بھر کے مسلمانوں کی اکثریت نام کے معنی اور نسبت پر خصوصی توجہ دیتے ہیں۔ نام انسان کو ایک انفرادیت بخشتا ہے۔ نام انسان کی پہچان ہے۔ مثلاً مسلمان دنیا میں جہاں کہیں بھی ہیں ان کے نام خدیجہ' فاطمہ' محمد' احمد' ابوبکر' عمر' عثمان' علی' یہ نام نسبت ہی کو ظاہر کرتے ہیں۔

دور حاضر میں بچوں پر تحقیق کرنے والے محققین کو بچوں کی شخصیت پر نام کے اثرات سے متعلق دلچسپ معلومات حاصل ہوئی ہیں مثلاً

- نام اگر بہت عام ہے تو مسمی کو اپنی شخصیت کے منفرد ہونے کا احساس نہیں ہوتا وہ خود کو ایک عام سا فرد محسوس کرتا ہے۔ زندگی میں کچھ کر گزرنے کا جذبہ اس میں زیادہ نہیں ابھرتا۔
- نام اگر بڑا منفرد اور انوکھا ہے تو وہ شخص اپنے ہم نشینوں میں ممتاز ہوتا ہے۔ ایسا شخص خود ہی اپنے بارے میں بڑا حساس (self conscious) ہوتا ہے۔
- نام کا مطلب اچھا نہ ہو تو مسمی شرمساری محسوس کرتا ہے۔
- نام اسلاف میں سے کسی نمایاں شخصیت کی نسبت سے رکھا گیا ہو تو مسمی خود کو اس شخصیت سے مربوط اور منسلک محسوس کرتا ہے۔ اپنے اسلاف سے اس کا تعلق مضبوط ہوتا ہے۔
- نام کسی ڈرامے' ناول یا تاریخ کے برے کردار کے نام سے ملتا ہو تو وہ شخص خود کو ملوم محسوس کرتا ہے۔ اسے کسی حد تک کمتری کا احساس رہتا ہے۔

یہ عام مشاہدہ ہے کہ والدین کا رکھا ہوا نام شعور کی عمر کو پہنچنے پر کسی شخص کو کسی بھی وجہ سے پسند نہیں آتا تو وہ منفرد رنگ دینے کے لیے اس کو مختلف صورت

میں لکھتا ہے مثلاً اے ڈی چوہدری' این ڈی خان یا اپنے نام کے لاحقہ کے طور پر کوئی انوکھا نام اضافی طور پر لگا لیتا ہے۔

اسلام کی ہدایات اس معاملہ میں بڑی واضح ہیں نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

"تم پیغمبروں کے نام پر نام رکھا کرو اور اللہ تعالیٰ کے نزدیک زیادہ پیارا نام عبداللہ اور عبدالرحمان ہے اور سب سے سچے نام حارث اور ہمام ہیں۔" (ابوداؤد نسائی)

ایک اور مقام پر ارشاد فرمایا:

"قیامت کے روز تمہیں اپنے اپنے ناموں سے پکارا جائے گا اس لیے بہتر نام رکھا کرو۔"

یہ انہی ہدایات کا اثر ہے کہ امت مسلمہ کے افراد ناموں کے بارے میں کافی محتاط ہیں۔ اللہ تعالیٰ اور انبیاء کرام سے' صلحا سے تعلق اور نسبت میں فخر محسوس کرتے ہیں۔

۳۔ دعا

اسلام ہر مرحلہ زندگی میں تکلیف اور بیماری سے بچاؤ کی تدابیر سے آگاہ کرتے ہوئے چند بنیادی اور اہم اصول بتاتا ہے۔

بیماریوں سے بچاؤ اور علاج کے ضمن میں اسلام نے دعا کو بڑی اہمیت دی ہے۔ اطباء بیماری کے ظاہری اسباب کا ذکر تو کرتے ہیں کیونکہ ان کے آلات صرف ظاہری کو ناپنے کی اہلیت رکھتے ہیں لیکن روحانی عوامل کس حد تک صحت پر اثرانداز ہو سکتے ہیں؟ ہمارے آلات تحقیق ان عوامل کے اثرات کا کماحقہ اندازہ لگانے میں ناکافی ثابت ہوئے ہیں۔

اگرچہ اب معاشرتی عوامل کا ذکر کیا جانے لگا ہے۔ امراض میں "نفسیات"

(psychology) کے اثرات کو بھی سمجھا جا رہا ہے۔ اس معاملہ میں مسمریزم وغیرہ کی حقیقت کھلتی جا رہی ہے۔

وہ جن کا رشتہ "روح" سے مستحکم ہے بہت پہلے ہمیں آگاہ کر چکے ہیں کہ روحانی عوامل مثلاً نظربند، جادو، حسد وغیرہ صحت پر اثرانداز ہو سکتے ہیں۔ بحالی صحت کے لیے بھی دعا کو ایک اہم وسیلہ قرار دیا گیا ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم بچوں کو آفات اور بیماری سے بچانے کے لیے یہ دعا فرمایا کرتے تھے اور آپؐ سے پہلے حضرت ابراہیم علیہ السلام بھی اپنے بیٹوں کے لیے پڑھا کرتے۔

اعوذبکلمات اللہ التامۃ من شر کل شیطان وھامۃ ومن شر کل عین لامۃ○

"اللہ تعالیٰ کے تمام کلمات کے واسطے سے، ہر شیطان اور زہریلے جانور کے شر سے اور ضرر پہنچانے والی ہر آنکھ کے شر سے پناہ چاہتا ہوں۔" (جامع ترمذی۔ سنن ابوداؤد)

نبی صلی اللہ علیہ وسلم سے دیگر دعاؤں کے علاوہ معوذتین کا پڑھنا اور دم کرنا منقول ہے۔

۴۔ عقیقہ۔صدقہ

دعا کے علاوہ ایک اور اہم ذریعہ علاج صدقہ ہے۔ ہادی برحق صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمیں مطلع فرمایا کہ

"بلا کو کوئی چیز نہیں ٹال سکتی مگر صدقہ"

بچوں کی حفاظت کے بارے میں بھی آپؐ نے فرمایا:

"ہر بچہ اپنے عقیقہ کے رہن میں ہوتا ہے اس کی جانب سے پیدائش کے ساتویں روز قربانی کی جائے۔ اس کا سر منڈایا جائے اور اس کا نام رکھ دیا جائے۔"

مسنون یہ ہے کہ بچے کے سر سے اترنے والے بالوں کے برابر سونا' چاندی خیرات کریں۔ پھر مزید واضح فرمایا۔

"اگر تم میں سے کوئی اپنے بچے کی طرف سے عقیقہ کرنا چاہے تو اسے چاہیے کہ لڑکے کی طرف سے دو بکرے یا بکریاں اور لڑکی کی طرف سے ایک بکرا یا بکری ذبح کرے۔"

فقہاء اسلام کی متفقہ رائے ہے کہ عقیقہ محض اللہ کی خوشنودی اور اتباع سنت کی نیت سے ہونا چاہیے نام و نمود یا رسم کے طور پر نہیں۔ اگر استطاعت کم ہو تو لڑکے کی طرف سے ایک بکرا بھی ذبح کیا جا سکتا ہے اور اگر اس کی بھی گنجائش نہ ہو تو عقیقہ ضروری نہیں۔ تاہم ننھے منے بچے کی آمد پر عقیقہ خوشی اور استقبال کا عمدہ اظہار ہے۔

۵۔ ختنہ

ختنہ ایک اسلامی شعار ہے۔ طبی لحاظ سے ختنہ بہت سی خطرناک بیماریوں سے بچاؤ کا ذریعہ ہے۔ بہتر یہ ہے کہ ختنہ ساتویں روز ہی کروا دیا جائے۔ وگرنہ سات سال کی عمر تک تو ضرور ہی کروا لینا چاہیے۔ ختنہ کو ایک رسم بنانے کے بجائے اطاعت امر کے طور پر کیا جانا چاہیے۔

ختنے کروانے کا طریقہ زمانہ قدیم سے چلا آ رہا ہے۔ چنانچہ حدیث میں حضرت ابراہیم علیہ السلام کے ختنے کروانے کا ذکر ملتا ہے۔ بچوں کے ختنے کروانا کئی دوسری اقوام مثلاً یہودیوں میں بھی رائج ہے۔

جلد کا جو حصہ ختنے میں کاٹا جاتا ہے اس میں ایسی تہیں (folds) ہوتی ہیں جس میں پسینے اور دوسری رطوبت کے رک جانے سے جراثیم پرورش پانے لگتے ہیں۔ بار بار ہونے والی یہ انفیکشن (infection) کبھی سرطان اور کبھی اسی قسم کی دیگر مہلک

بیماریوں کا سبب بن جاتی ہے۔ جن افراد میں ختنے نہیں کئے جاتے ان میں پیشاب کی نالی' مثانے اور اس طرح کی دیگر بیماریوں کے امکانات بہت بڑھ جاتے ہیں۔ یہ انفیکشن (infection) زیادہ تر ایک جراثیم E.Coli کے باعث ہوتے ہیں۔

David H. Spack et. al., Journal of American Medical Association, March 1992, Vol. 4, No. 1, (page 15-17)

بچیوں کے ختنے کا رواج افریقہ کے کچھ علاقوں میں موجود ہے۔ اس کے لیے جو وجوہ بیان کی جاتی ہیں ان میں صحت کو بہتر بنانے اور جان محفوظ کرنے کا پہلو نہیں آتا اس لیے ان کے ختنوں کے لئے وہ جواز پیدا نہیں ہوتا جو مردوں کے معاملہ میں پیدا ہوتا ہے۔ بلکہ بچیوں کے ختنے کے باعث جو طبی پیچیدگیاں پیدا ہوتی ہیں ان کو دیکھتے ہوئے ان کی بدنی صحت کی حفاظت کے لیے ختنے نہ کرنا بہتر ہے۔ قرون اولیٰ کے مسلمانوں میں بچیوں کے ختنے کی کوئی روایت نہیں ملتی۔

۲۔ صحت کی حفاظت

ا۔ بیماری کا علاج

اسلام' صحت کے معاملہ میں صرف روحانی عوامل دعا وغیرہ ہی پر انحصار نہیں کرتا۔ بنیادی اصول ہر بیماری میں یہ دیا گیا:

"بے شک اللہ تعالیٰ نے مرض نازل کیا اور دوا بھی اتاری اور ہر مرض کے لیے دوا پیدا کی اس لیے دوا کرو البتہ حرام چیز سے علاج مت کرو۔"

نبی صلی اللہ علیہ وسلم بار بار اس امر کی تلقین فرماتے کہ بیمار ہونے پر فوراً کسی معالج کے مشورہ سے علاج شروع کیا جائے۔ اس معاملہ میں تقدیر پر بھروسہ اور تساہل کو آپ قطعاً" پسند نہ فرماتے۔

حقیقت بھی یہ ہے کہ بہت سے امراض محض اس لیے زیادہ تکلیف دہ اور

پیچیدہ ہو جاتے ہیں کہ ابتدائی مراحل میں ان کے علاج کی جانب توجہ نہیں دی جاتی۔ حتیٰ کہ لاعلاج ہو کر مریض زندگی سے ہاتھ دھو بیٹھتا ہے۔

بچوں کے معاملے میں تو بیماری میں فوری علاج معالجہ اور بھی زیادہ ضروری ہے۔ بچوں کی بیشتر اموات محض علاج میں تساہل یا غلط مشورہ کے باعث ہوتی ہیں۔ بیماری میں فوراً مناسب علاج کی جانب توجہ دی جائے تو نہ صرف بچوں کی شرح اموات میں کمی ہو جاتی ہے بلکہ ان کی عمومی صحت بھی بہتر ہو سکتی ہے۔

۲۔ حفاظتی ٹیکے

اللہ تعالیٰ نے انسان کو جو علم بخشا ہے اس کے تحت کچھ ایسی ادویات تیار کی جا چکی ہیں جو بعض بیماریوں سے بچاؤ میں مدد دے سکتی ہیں۔ جو دوائیں اس وقت تک انسان کی دسترس میں ہیں ان کے لیے بین الاقوامی سطح پر بچوں کے لیے پروگرام تیار کیا گیا ہے۔ ۱۹۷۸ء سے اس پروگرام کے تحت زندگی کے پہلے سال کے دوران چھ متعدی بیماریوں تپ دق، پولیو، خناق، کالی کھانسی، تشنج اور خسرہ کے خلاف حفاظتی ٹیکے لگائے جا رہے ہیں۔ آج کل ان ٹیکوں کے لیے نظام الاوقات درج ذیل ہے:

حفاظتی ٹیکوں کا کورس

بچے کی عمر	حفاظتی ٹیکہ جات
بوقت پیدائش	پہلا ٹیکہ (تپ دق) + پولیو کے قطرے
۶ ہفتے	دوسرا ٹیکہ (خناق، کالی کھانسی، تشنج) + پولیو کے قطرے
۱۰ ہفتے	تیسرا ٹیکہ (خناق، کالی کھانسی، تشنج) + پولیو کے قطرے
۱۴ ہفتے	چوتھا ٹیکہ (خناق، کالی کھانسی، تشنج) + پولیو کے قطرے
۹ ماہ	پانچواں ٹیکہ (خسرہ)

اس پرو ام میں وقتاً" فوقتاً" نئی معلومات کی روشنی میں ردوبدل کیا جاتا رہتا ہے۔ اپنے بچوں کی صحت کی حفاظت کے لیے ماؤں کو ایسے پروگراموں سے آگاہ رہنا چاہیے۔

۳۔ بچوں کی نشوونما کی جانچ پڑتال

اس پروگرام کے تحت بچے کی زندگی کے پہلے سال کے دوران ہر ماہ ایک مرتبہ بچوں کی نشوونما کی تفصیلی جانچ ضروری ہے۔ اس جانچ کا بنیادی مقصد یہ ہے کہ تیزی سے بڑھتے ہوئے بچے کی صحت پر مناسب توجہ دی جا سکے۔ صحت میں معمولی سی گڑ بڑ بچوں کی جسمانی ذہنی نشوونما کو بری طرح متاثر کرتی ہے۔ نشوونما کی باقاعدہ جانچ سے صحت میں کسی خرابی کو جلد نوٹ کیا جا سکتا ہے۔ بیماری کی فوری تشخیص فوری علاج میں مددگار ہو سکتی ہے۔ بیماری کے ابتدائی مراحل ہی میں علاج بچے کی جسمانی و ذہنی صلاحیتوں کو جلا بخشنے کے لیے بے حد ضروری ہیں۔

بچوں کی زندگی کے اہم ادوار

نشوونما کے لحاظ سے انسانی زندگی کو درج ذیل ادوار میں تقسیم کیا جا سکتا ہے:

○ استقرار حمل سے پیدائش تک

اس دور میں اس کی نشوونما اس قدر تیز ہے کہ ایک خلیہ سے زندگی کا آغاز کرنے والا ۲۸۰ دن میں دو ارب گنا بڑھ چکا ہے۔ پھر بھی اس کے ضعف کا یہ عالم ہے کہ اپنے اوپر بیٹھی ہوئی مکھی تک نہیں اڑا سکتا۔ زندگی برقرار رکھنے کے لیے اس گود اور ان ہاتھوں کا محتاج ہے جو اس کو سنبھالے ہوئے ہیں۔

○ پیدائش سے چودہ دن تک

اس دوران نوزائیدہ بچہ نئے ماحول سے مطابقت پیدا کرنے کی تگ و دو میں مصروف ہے۔ پیدائش کا مرحلہ جتنا مشکل اور لمبا ہو یہ مطابقت پیدا کرنے میں اسے اتنی ہی دقت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اس دوران اس کی جسمانی نشوونما نہ ہونے کے برابر ہے۔

○ دو ہفتے سے دو سال تک

کمزور اور مکمل طور پر دوسروں پر انحصار کرنے والا بچہ بتدریج قوت' نشوونما اور سوجھ بوجھ حاصل کرتا ہے حتیٰ کہ کافی حد تک خودانحصاری حاصل کر لیتا ہے۔

○ دو سے چھ سال تک

باقاعدہ سکول جانے سے پہلے کی عمر میں بچہ خود کو ماحول سے مانوس کرتا ہے' اپنی

ہمت اور صلاحیت کے مطابق اپنی گفتگو' چال اور دیگر معاملات میں اعتماد حاصل کرتا ہے' اچھے برے کی تمیز پیدا ہو جاتی ہے۔ معاشرہ کی پسند ناپسند سے آگاہ ہو جاتا ہے۔

○ چھ سے ۱۲ سال تک

بچہ گھر سے باہر کے ماحول اور افراد سے ملنا جلنا' رہنا اور مطابقت پیدا کرنا سیکھتا ہے۔ مختلف تجربات اسے زندگی کے حقائق سے روشناس کرواتے ہیں۔

○ ۱۱ سے ۱۴ سال

بچہ بلوغت کی عمر کو پہنچ کر ایک ذمہ دار مقام حاصل کرنے کے لیے تیار ہو جاتا ہے۔

ابتدائی ۵ سال تک بچے کی نشوونما کے اہم مراحل

نوزائیدہ بچہ

وزن:	۲.۵ — ۳.۵ کلو گرام
لمبائی:	۵۰ سنٹی میٹر
سر کا محیط:	۳۵ سنٹی میٹر

نوزائیدہ بچہ بظاہر ماحول سے بے خبر آنکھیں بند کئے مٹھیاں بھینچے لیٹا ہوتا ہے' روتا ہے تو پورا جسم حرکت میں آ جاتا ہے' کسی جانب کوئی توجہ نہیں کرتا۔

۴ ہفتے

ایک ماہ کی عمر میں بچے کو بٹھائیں تو سر سامنے ڈھلک جاتا ہے مٹھیاں بدستور بند ہوتی ہیں۔ چیز سامنے سے دکھائی جائے تو نظر جما کر دیکھنے کی کوشش کرتا ہے۔ کسی چیز کی حرکت کے ساتھ ساتھ نظر گھماتا ہے مگر ایک جانب سے دوسری جانب حرکت کرتے ہوئے آنکھوں کی حرکت وسط سے آگے نہیں جاتی۔ حلق سے غوں غاں کی آوازیں

نکالتا ہے اس سے باتیں کی جائیں تو توجہ کرتا ہے اور مسکراتا ہے۔

۱۶ ہفتے

تین سے چار ماہ کے دوران بٹھانے پر سر سہار لیتا ہے۔ ادھر ادھر چیزوں پر ہاتھ مارتا ہے۔ کھلونا ہاتھ میں لے کر منہ میں لے جاتا ہے۔ حرکت کے ساتھ نظر گھومتی ہے۔ بلند آواز سے ہنستا یا روتا ہے۔ کوئی اسے آواز دے تو دیکھ کر مسکراتا ہے۔ کھانے کی چیز دیکھ کر خوشی کا اظہار کرتا ہے۔ حلق سے اوں اوں' آں آں کی آوازیں نکالتا ہے۔

۲۸ ہفتے

سات سے آٹھ ماہ کے دوران بچہ بیٹھنے لگتا ہے۔ ہاتھ پکڑ کر کھڑا کیا جائے تو بہت خوش ہوتا ہے۔ کھلونے اور دوسری اشیاء کو ہتھیلی اور انگلیوں سے پکڑتا ہے ایک ہاتھ میں پکڑ کر دوسرے میں لے جاتا ہے۔ جھنجھنا بجاکر خوش ہوتا ہے۔

روتے ہوئے ماما بابا کہتا ہے۔ حلق سے نکلنے والی آوازیں زیادہ واضح ہوتی ہیں۔ اپنے کھلونوں سے باتیں کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ خود اس سے باتیں کی جائیں تو بہت خوش ہوتا ہے اور جواب دینے کی کوشش کرتا ہے۔

۴۰ ہفتے

تقریباً نو ماہ کی عمر میں ہاتھوں اور گھٹنوں کے بل چلنا بھی شروع کر دیتا ہے۔

انگوٹھے اور انگلی سے چھوٹی چیز مثلاً گولی' پنسل وغیرہ اٹھا لیتا ہے۔ گھنٹی بجا سکتا ہے۔ چمچ پکڑ کر خود کھانے کی کوشش کرتا ہے۔

اماں' ابا' دادا واضح طور پر کہہ سکتا ہے' ایک آدھ مزید لفظ بھی ادا کر لیتا ہے خدا حافظ کہنے کے لئے ہاتھ ہلاتا ہے اپنی بوتل پکڑ کر خود ہی دودھ پی لیتا ہے۔

۵۲ ہفتے

ایک سال کی عمر میں بغیر سہارے کے چلنے لگتا ہے۔ چیز مانگنے پر دے دیتا ہے اماں' ابا کے علاوہ چند مزید الفاظ ادا کرنے لگتا ہے۔

۱۵ ماہ

سوا سال کی عمر میں سیڑھیاں چڑھ لیتا ہے۔ چیزیں اٹھا کر ڈبے میں ڈال لیتا ہے۔ نکالنا چاہے تو نکال بھی لیتا ہے۔ کچھ مزید الفاظ بالخصوص نام پکارنے لگتا ہے۔ اپنی پسند کی چیزیں اشارے سے مانگتا ہے۔ کپڑے گیلے ہونے پر بتاتا ہے۔ رفع حاجت سے فراغت کے لیے اشارے سے آگاہ کرتا ہے۔

۱۸ ماہ

ڈیڑھ سال کی عمر میں خود چھوٹی کرسی پر چڑھ کر بیٹھ جاتا ہے۔ بڑی کرسی پر بھی چڑھنے کی کوشش کرتا ہے۔ گیند سے کھیلنے میں لطف اٹھاتا ہے۔ کتاب کے دو تین صفحے اکٹھے پلٹ کر دیکھتا ہے۔ لڑکیاں گڑیوں کے کھیل میں دلچسپی لینے لگتی ہیں۔ پلیٹ سے خود کھا لیتا ہے تاہم کھاتے ہوئے گراتا ہے۔ ذخیرہ الفاظ پندرہ سے بیس الفاظ تک ہو جاتا ہے۔

۲ سال

دو سال کی عمر میں خوب اچھی طرح دوڑتا ہے۔ سیڑھیاں چڑھ اور اتر سکتا ہے۔ گیند کو ٹھوکر لگا کر کھیلتا ہے۔ کتاب کے صفحے ایک ایک کر کے پلٹ لیتا ہے۔ پورے فقرے بولنے لگتا ہے۔ گھر گھر کھیلنے میں لطف اندوز ہوتا ہے۔

۳ سال

اس عمر میں بچہ سیڑھیوں پر بڑوں کی طرح ایک سیڑھی پر ایک پاؤں رکھ کر چڑھتا

ہے۔ ایک آدھ سیڑھی سے چھلانگیں لگا لیتا ہے۔ تین پہیوں والی سائیکل چلانا سیکھ جاتا ہے رنگ دار پنسل پکڑ کر تصویروں میں رنگ بھرتا ہے اور دائرہ بنا لیتا ہے۔

اپنی جنس کی شناخت رکھتا ہے' کہنا مانتا ہے خود اچھی طرح کھا پی لیتا ہے' بٹن کھول لیتا ہے' اپنے جوتے پہن لیتا ہے' چھوٹی چھوٹی نظمیں یاد کر لیتا ہے۔

۴ سال

چار سال تک ایک سیڑھی پر ایک پاؤں رکھ کر اترنا سیکھ جاتا ہے لمبی لمبی چھلانگیں لگا کر خوش ہوتا ہے۔ آدمی کا تصویری خاکہ بنا لیتا ہے۔ گنتی میں تین چار چیزوں کو ٹھیک گن لیتا ہے ایک دو رنگوں کو پہچان کر نام بتا دیتا ہے۔ خود ہاتھ منہ دھو کر خشک کر سکتا ہے' اپنے دانت صاف کرنا سیکھ جاتا ہے۔ جوتوں کے تسمے بند کر لیتا ہے۔ کپڑے کا الٹا سیدھا پہچان جاتا ہے۔

سال

رسی کود لیتا ہے۔ آٹھ سیکنڈ سے زیادہ ایک پاؤں پر کھڑا ہو سکتا ہے۔ آدمی کی ...ویر بنا لیتا ہے۔ جس میں سر بازو' ٹانگیں نمایاں ہوتی ہیں۔ تکون کی شکل بنا لیتا ہے۔ ...ں تک چیزیں گن لیتا ہے۔ چار رنگوں کو پہچان کر نام بتاتا ہے۔ تصویروں کی کہانیاں ...تا ہے۔ خود ہی کپڑے تبدیل کر لیتا ہے۔ الفاظ کے معنی پوچھتا ہے' سوال کرتا ہے۔

بچوں کے لیے غذائی مقدار کی تقسیم

ٹھوس غذا اور دودھ کا تناسب

...۶ ماہ تک کی غذائی ضروریات	[illegible]	صرف دودھ پر انحصار
...۱۲ ماہ تک ٹھوس غذا کا تناسب	ٹھوس [illegible]	دودھ کا تناسب دو تہائی
...سے ۱۸ ماہ تک ٹھوس غذا کا تناسب	ٹھوس غذا [illegible]	دودھ کا تناسب نصف
...سے ۲۴ ماہ تک ٹھوس غذا کا تناسب	ٹھوس غذا [illegible]	دودھ کا تناسب ایک تہائی

بچوں کے وزن اور لمبائی کا چارٹ								
عمر سالوں میں	لڑکے				لڑکیاں			
	لمبائی		وزن		لمبائی		وزن	
	انچ۔فٹ	سینٹی میٹر	پاؤنڈ	کلوگرام	انچ۔فٹ	سینٹی میٹر	پاؤنڈ	کلوگرام
پیدائش	1-8	50+5	7	3.4	1-8	50+5	7	3.4
1/2	2-2	66+5	17	7.7	2-2	66+5	16	7.2
1	2-5	74+5	21	9.5	2-5	74+5	20	9.1
2	2-9	87+5	26	11.8	2-9	87+5	25	11.3
3	3.0	91.4	31	14.0	3.0	91.4	30	13.6
3	3.0	91.4	31	14.0	3.0	91.4	30	13.6
4	3-3	99.0	34	15.4	3-3	99.0	33	15.0
5	3-6	106.6	39	17.7	3-5	104.1	38	17.2
6	3-9	114.2	46	20.9	3-8	111.7	45	20.4
7	3-11	119.3	51	23.1	3-11	119.3	49	22.2
8	4-2	127.0	57	25.9	4-2	127.0	56	25.4
9	4-4	132.0	63	28.8	4-4	132.0	62	26.1
10	4-6	137.1	69	31.3	4-6	137.1	69	31.3
11	4-8	142.2	77	34.9	4-8	142.2	77	34.9
12	4-10	147.3	83	37.7	4-10	147.3	86	39.0
13	5.0	152.4	92	41.7	5.0	152.4	98	45.5
14	5.2	157.5	107	48.5	5.2	157.5	107	48.5

چودہ سال کی عمر کے بعد بالعموم لڑکے تیزی سے بڑھتے ہیں ان کا قد اور وزن اٹھارہ بیس سال کی عمر تک بڑھتا رہتا ہے۔ لڑکیوں کے قد میں چودہ سال کے بعد نہایت معمولی اضافہ ہوتا ہے۔

بچے کی خوراک کے لئے اہم غذائی اجزاء

نشاستہ دار غذائیں
گندم، چاول، مکی
آلو وغیرہ

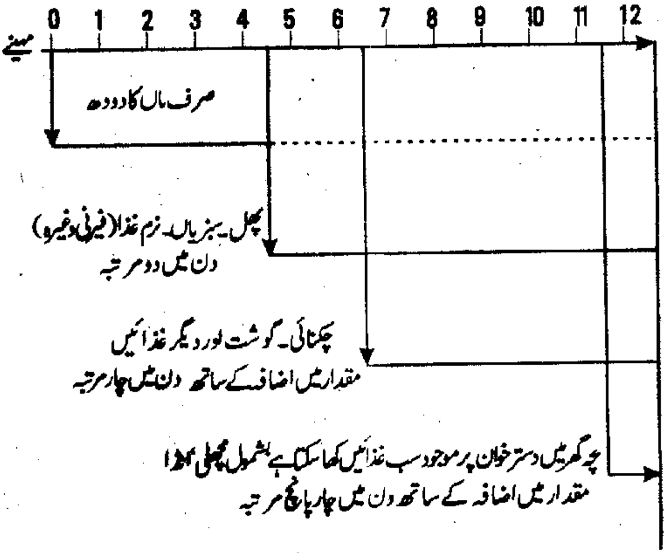
پروٹین والی غذائیں
دال، لوبیا، مٹر، مونگ پھلی، دودھ،
دہی، پنیر، گوشت، انڈا، مچھلی وغیرہ

ماں کا دودھ

قوت بخش غذائیں
مکھن، گھی، تیل وغیرہ

حیاتین اور نمکیات
سبزیاں، پھل، گہرے سبز رنگ کی پتوں
والی سبزیاں۔ پالک، ساگ، سلاد وغیرہ

ایک سال تک عمر کے بچے کے لیے غذا کا نظام الاوقات



بچوں کی غذائی ضروریات

۱۔ تحنیک (PRE-LACTEAL FEEDS)

نوزائیدہ بچے کو جو غذا پیدائش کے فوراً بعد دی جاتی ہے اسے تحنیک یا گھٹی دینا کہتے ہیں۔ اکثر معاشروں میں گھٹی کو انسانی زندگی کی اہم ترین غذا خیال کیا جاتا ہے کہا جاتا ہے کہ "گھٹی" کا اثر ساری زندگی محسوس ہوتا ہے۔ نہ صرف دی جانے والی غذا بڑی احتیاط سے منتخب کی جاتی ہے بلکہ "گھٹی" دینے والے شخص کا انتخاب بھی بڑی چھان بین سے ہوتا ہے کیونکہ یہ سمجھا جاتا ہے کہ گھٹی دینے والے شخص کے کردار و اخلاق کا عکس بچے کی شخصیت میں جھلکتا ہے۔

روایات سے معلوم ہوتا ہے کہ صحابہ کرام رضوان اللہ اجمعین اپنے نومولود بچوں کو تحنیک کے لیے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں لایا کرتے۔ آپؐ ننھے منے مہمانوں کو اس دنیا میں آنے پر خوش آمدید کہتے۔ان کے لیے خیروبرکت کی دعا کرتے اور کھجور کا تھوڑا سا حصہ نرم کرکے بچے کے تالو سے لگاتے اور چٹاتے۔

کسی بزرگ کے اعزاز و اکرام یا بچے کے لیے خیروبرکت حاصل کرنے کے لیے "تحنیک" میں کوئی حرج نہیں بشرطیکہ یہ ایک علامتی رسم ہی ہو جس میں پیدائش کے بعد ایک مرتبہ انگلی سے شہد چٹا دیا جائے' نرم سی کھجور یا کوئی اور چیز دی جائے یا آب زم زم یا کسی اور مشروب کے چند قطرے ٹپکا دیئے جائیں۔

"گھٹی" کے ساتھ تقدس کا جو پہلو ہے اس کے تحت منتخب کی جانے والی غذاؤں

میں شہد اور آب زم زم نمایاں ہیں۔ دوسری غذاؤں میں چینی' میٹھا یا نمکین پانی اور کئی قسم کے عرق شامل ہیں۔ بازار میں اس مقصد کے لئے "جنم گھٹی" کے نام سے کئی قسم کے مرکبات موجود ہیں' یہ مرکبات سونف' اجوائن اور کچھ دوسری اشیاء سے تیار کئے جاتے ہیں۔ یہ خیال کیا جاتا ہے کہ "جنم گھٹی" "گرائپ واٹر" اور عرق وغیرہ دینے سے بچے کا پیٹ ٹھیک رہتا ہے۔ اکثر مائیں زندگی کے ابتدائی چند ماہ تک بچے کو یہ چیزیں باقاعدگی سے دیتی ہیں۔

یہ خیال بھی خاصا عام ہے کہ پیدائش کے بعد ابتدائی دو چار روز تک ماں کا دودھ نہیں اترتا اس لیے اس دوران کوئی دوسرا دودھ یا مشروب بچے کو خوراک کے طور پر دیا جانا چاہیے۔ بعض مائیں تو شروع میں آنے والے دودھ کو ضائع کر دیتی ہیں کیونکہ وہ اسے بچے کے لیے مضر خیال کرتی ہیں۔ چنانچہ اس کے بجائے بچے کو دوسری چیزیں خوراک کے طور پر دیتی رہتی ہیں۔

یہ خیالات محض مفروضوں پر مشتمل ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ماں کا دودھ تو بچے کی پیدائش سے پہلے ہی تیار ہوتا ہے۔ ایک صحت مند بچہ پیدائش کے فوراً بعد دودھ چوسنے اور نگلنے کے عمل کی پوری اہلیت رکھتا ہے۔ ابتدائی دنوں کا دودھ غذائی اعتبار سے بچے کے لیے نہایت اہم ہے اس کے ذریعے حاصل ہونے والی قوت مدافعت کئی امراض کے مقابلہ کی اہلیت رکھتی ہے۔ اس دودھ میں ایسی تاثیر ہے جو کسی "جنم گھٹی" یا "عرق" میں نہیں۔ اس کی موجودگی میں کسی دوسری چیز کی ضرورت ہی نہیں۔

"تحنیک" کے طور پر بچے کو انگلی سے کوئی چیز چٹانے کے فوراً بعد ماں کا دودھ شروع کر دیا جانا چاہیے۔ پیدائش کے بعد آدھ گھنٹہ کے اندر اندر ماں کا دودھ شروع کروانے کے بے شمار فوائد ماں اور بچے کو حاصل ہوتے ہیں۔ بچے کی ضرورت کے مطابق دودھ بچے کو حاصل ہوتا رہے گا۔

"گھٹی" کے طور پر دی جانے والی اکثر اشیاء بچے کے لیے غیر ضروری اور نقصان دہ ثابت ہوتی ہیں۔ اس طرز عمل سے ہونے والے نقصانات درج ذیل ہیں:

○ ناصاف پانی' اشیاء خوردنی یا گندے ہاتھوں اور برتنوں کے باعث بچے کے نازک سے جسم میں جراثیم داخل ہونے سے بچہ اسہال یا دیگر بیماریوں کا شکار ہو سکتا ہے۔

○ عرق اور جڑی بوٹیوں سے تیار کردہ اکثر گھٹیاں دست آور ہوتی ہیں ان کے دینے کا بڑا مقصد بھی یہی بتایا جاتا ہے کہ ان کے ذریعے آنتوں میں موجود فاسد مادے (meconium) جلد خارج ہو جاتے ہیں۔ meconium زندگی کے ابتدائی دنوں میں آنتوں میں ایک حفاظتی حصار مہیا کرتا ہے۔ گھٹی یا عرق کے ذریعہ آنتوں کی حرکت تیز کر کے meconium کو تیزی سے باہر نکالنے سے اس حفاظتی کردار میں خلل پڑتا ہے جس سے نہ صرف آنتوں کی اندرونی سطح متاثر ہوتی ہے بلکہ جراثیم کو دخل اندازی کا بھی موقع زیادہ ملتا ہے۔ پیدائش کے بعد ابتدائی دنوں کا دودھ meconium کو مناسب وقت میں آنتوں سے خارج کر کے انہیں غذا کے انجذاب کے لیے تیار کر دیتا ہے۔

○ بچے کو میٹھا یا نمکین پانی دینے سے اس کا معدہ بھر جاتا ہے۔ معدہ بھرا ہو تو بھوک کی شدت کم ہو جاتی ہے جس سے بچہ ماں کا دودھ قوت سے نہیں چوستا اس سے ماں کے دودھ کے اترنے کا عمل بری طرح متاثر ہوتا ہے' بچہ ماں کا دودھ جتنی قوت سے چوستا ہے دودھ کی مقدار اتنی زیادہ ہوتی ہے۔

○ ابتدائی دنوں میں دوسرا دودھ شروع کروانے سے کئی قسم کی الرجی پیدا ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔

○ مشروبات اور دوسرا دودھ بوتل کے ذریعہ دینے سے بچے کو ماں کا دودھ لینے میں پریشانی محسوس ہوتی ہے۔ بیک وقت دو ذرائع سے غذا دینے سے

nipple confusion پیدا ہو جاتی ہے۔ ننھا سا ذہن یہ سمجھنے سے قاصر رہتا ہے کہ کون سا طریقہ اس کا پیٹ بھرنے کے لیے زیادہ مناسب ہے پھر بوتل کی نپل سے مشروب کا بہاؤ آسان ہے، بچے کو اسے حاصل کرنے کے لیے زیادہ وقت اور قوت نہیں لگانا پڑتی جبکہ ماں کا دودھ حاصل کرنے میں نسبتاً زیادہ وقت اور قوت درکار ہوتی ہے۔ انسان ابتدا ہی سے "جلد باز" اور سہل پسند واقع ہوا ہے۔ ممکن ہے جلد بازی اور سہل پسندی کے باعث بچہ بوتل کے دودھ کو ترجیح دیتے ہوئے ماں کے دودھ میں اپنی دلچسپی ختم کر بیٹھے۔

ب۔ ماں کا دودھ

بچوں کی غذائی ضروریات کا ادراک ان کی صحت اور نشوونما کے لیے نہایت اہم ہے۔

نوزائیدہ بچوں کی مناسب نشوونما اور صحت کے لیے ماں کے دودھ کی اہمیت ہر دور میں تسلیم کی گئی ہے۔ قرآن پاک نے بڑے واضح الفاظ میں ارشاد فرمایا:

"جو والدین اپنے بچوں کے لیے رضاعت کی مدت پوری کرنا چاہتے ہیں وہ کامل دو سال تک بچوں کو دودھ پلائیں۔" (البقرہ۔ ۲۳۲)

دور قدیم سے انسان اپنے بچوں کی رضاعت کا خصوصی اہتمام کرتا رہا ہے۔ جدید دور کی تحقیق نے ماں کے دودھ کی بچے کی صحت اور نشوونما کے لیے اہمیت مزید واضح کر دی ہے۔

اسلام میں بچے کو ماں کا دودھ پلانے کے عمل کو اتنا اہم فریضہ سمجھا گیا ہے کہ اگر خدانخواستہ کسی وجہ سے ماں اور باپ کی علیحدگی تک نوبت پہنچ جائے تو جب تک بچہ ماں کا دودھ پی رہا ہے ماں کے اخراجات کی تمام ذمہ داری باپ پر ڈالی گئی ہے۔

دودھ کے بارے میں ایک اہم دریافت یہ ہے کہ نہ صرف ہر جانور کے دودھ کی

ماہیت ترکیبی دوسرے سے مختلف ہے بلکہ ان کے مختلف اجزاء پروٹین' چکنائی' نمکیات کی باہم ترتیب اس طرح رکھی گئی ہے کہ ہر جانور کا دودھ اس کے اپنے بچے کے عہد طفولیت میں نشوونما کے لیے بہترین ہوتا ہے۔ کیمیائی اجزا کے علاوہ ہر ایک کی اپنی مخصوص اینٹی باڈیز اور مخصوص فیکٹرز ہوتے ہیں جو اپنے اپنے دائرہ میں بیماریوں سے بچاؤ اور صحت برقرار رکھنے کے لیے بہترین ہوتے ہیں۔ اشرف المخلوقات انسان کے بچے کی ضروریات کی تکمیل کے لیے اس کی اپنی ماں کا دودھ ہی بہترین غذا ہے۔ اس لیے کہ اس کی ماں کے دودھ میں وہ اوصاف ہیں جو مستقبل کے معمار کی ذہنی صلاحیتوں کو ٹھیک ٹھیک پروان چڑھانے میں ممدومعاون ثابت ہو سکتے ہیں۔

ویسے بھی دیکھا جائے تو نہ صرف

- ماں کا دودھ سستا ہے۔
- آسانی سے حاصل ہوتا ہے۔
- ہروقت دستیاب ہے۔
- فیڈر وغیرہ کی تیاری میں خرچ ہونے والا وقت بچ جاتا ہے۔
- بچوں کی اچانک اموات (cot deaths) ماں کا دودھ پینے والے بچوں میں شاذ ونادر ہیں۔
- ماں کا دودھ خود جراثیم سے پاک ہوتا ہے۔
- اس میں مختلف جراثیم کے خلاف اینٹی باڈیز موجود ہوتی ہیں' جو تقریباً ہر اس بیماری کے خلاف مدافعت کے لیے کافی ثابت ہوتی ہے جن سے بچے کو ابتدائی عہد طفولیت میں سابقہ پیش آتا ہے جب کہ خود اس کا اپنا مدافعانہ نظام ابھی اچھی طرح پایہ تکمیل کو نہیں پہنچا ہوتا۔
- اینٹی باڈیز (anti bodies) کے علاوہ دیگر مدافعانہ خلیات اور مخصوص پروٹین

مثلاً خون کے سفید ذرات (WBC)' lg A' lg.G کثیر تعداد میں موجود ہوتے ہیں۔

○ مدافعتی خمیر (Enzyme) مثلاً Lysozyme اور کئی دوسرے فیکٹر مثلاً complement factor اور disaccharede factor دودھ میں موجود ہوتے ہیں۔

اہل تحقیق اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ ماں کے دودھ میں بیماریوں کے خلاف جو مدافعانہ صلاحیت موجود ہے یا نشوونما میں جو معاونت حاصل ہوتی ہے اسے ابھی تک پوری طرح سمجھا نہیں جا سکا۔

○ بچوں میں دست سے بچاؤ کے لیے ایک خاص پروٹین Lactoferrin بڑا اہم کردار ادا کرتی ہے۔ یہ پروٹین نظام انہضام میں فولاد کو اپنے ساتھ ملا لیتی ہے جس کے باعث آنتوں میں موجود جراثیم E-Coli اپنی پرورش کے لیے فولاد نہ ہونے کے باعث بڑھنے اور پھلنے پھولنے سے محروم رہ جاتے ہیں۔ بچوں میں یہ جراثیم دست کی سب سے بڑی وجہ ہے۔ لیکن دیکھا گیا ہے کہ ماں کا دودھ پینے والے بچے کم ہی اس بیماری میں مبتلا ہوتے ہیں' اور اگر انہیں دست لگ بھی جائیں تو بالعموم وہ زیادہ خطرناک ثابت نہیں ہوتے۔ مختلف تحقیقات سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ ماں کا دودھ نہ پینے والے بچوں میں دستوں کا امکان پندرہ گنا زیادہ ہوتا ہے۔

○ ماں کا دودھ پینے والے بچوں میں الرجی کے امکانات بہت کم ہوتے ہیں جبکہ دوسرے دودھ پر پرورش پانے والے بچوں میں الرجی کے امکانات تقریباً سات گنا زیادہ ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ماں کے دودھ میں الرجی کے مخصوص اینٹی باڈیز lg.E بہت زیادہ ہوتے ہیں۔ یوں ماں کا دودھ پینے والے بچے دمہ' چنبل اور دوسری الرجی کی بیماریوں سے نسبتاً" محفوظ رہتے ہیں۔ اس دودھ کا ایک مخصوص جزو آنتوں میں تیزابی مادہ (Lacticacid) پیدا کرتا ہے۔ یہ تیزابی مادہ اس لحاظ سے بہت مفید

ہوتا ہے کہ اس کی موجودگی میں جراثیم کی پرورش کے لیے سازگار ماحول نہیں فراہم ہوتا۔ اس کا ایک اور فائدہ یہ ہوتا ہے کہ بچہ مقعد کے اردگرد جلد کی خارش (nappy rash) وغیرہ سے محفوظ رہتا ہے۔

○ "ماں کے دودھ میں موجود disaccharide factor کی ایک خصوصیت یہ ہے کہ یہ نہ صرف خود منہ سے زیادہ نہیں چپکتا بلکہ جراثیم کی افزائش کا ماحول بھی نہیں بننے دیتا۔ اس لیے بچے دانتوں' گلے' ناک' کان کی بہت سی بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔ چنانچہ دانتوں کا caries ایسے بچوں میں کم ہوتا ہے اور ان کے دانت ٹیڑھے نہیں ہوتے۔

○ ماں کا دودھ پینے کے دوران چوسنے اور نگلنے کا عمل اس قدر یکسانیت سے چلتا ہے کہ بچے میں سانس رکنے یا اچھو لگ جانے کا امکان بہت کم ہوتا ہے۔

○ ماں کے دودھ میں ایک اہم چیز بچوں کی نشوونما کو کنٹرول کرنے والے اجزاء ہیں (growth moderators)۔ یہ اجزاء انسان کے بچے کی جسمانی اور ذہنی نشوونما کو بڑے مناسب انداز سے کنٹرول کرتے اور صلاحیتوں کو ابھارتے ہیں۔

ماں کے دودھ کی ایک خصوصیت اس کی مخصوص ترکیب ہے دنیا کا کوئی دوسرا دودھ اس معاملہ میں اس سے مطابقت نہیں رکھ سکتا۔

یہاں گائے کے دودھ کے اجزاء ترکیبی کا ماں کے دودھ سے مقابلہ کیا جاتا ہے۔

اجزاء	انسانی دودھ	گائے کا دودھ	
حرارے	۶۷-۷۵	۶۶	فی ۱۰۰ ملی لیٹر
پروٹین	۱۶۱ گرام	۳۶۵ گرام	
لیکٹوز	۶۸ء۷ گرام	۴ء۹ گرام	
چکنائی	۴۶۵ گرام	۳۶۵ گرام	

سیر شدہ چکنائی	۲ء۲ گرام	۲ء۲ گرام
غیر سیر شدہ چکنائی	۲ء۳ گرام	۱ء۳ گرام
نمکیات	۰ء۲۱ گرام	۰ء۷۱ گرام
Ca:P	۲:۱	۱ء۳:۱

انسانی دودھ کی خصوصیت اس کے اجزاء میں محض چند گرام کا فرق نہیں بلکہ اس کے وہ اثرات ہیں جو تیزی سے نشوونما پانے والے "خلیفة الله فی الارض" پر پڑ رہے ہیں۔

چنانچہ پیدائش کے بعد ابتدائی چند دنوں میں فراہم ہونے والا دودھ اس لحاظ سے منفرد ہے کہ عام دنوں میں فراہم ہونے والے دودھ کی نسبت اس میں مدافعتی سفید خلیات (WBC) کثیر تعداد میں (تقریباً سو گنا زیادہ) موجود ہیں (1000-4000/ml) ان کے علاوہ بے شمار دوسرے مدافعاتی خلیات موجود ہوتے ہیں تاکہ اس نازک دور میں جب بچہ نئے ماحول میں ابھی نووارد ہے اس کی قوت مدافعت اس حد تک بڑھا دی جائے کہ وہ ہر طرح کے مسائل کا مقابلہ کر سکے۔ پھر اس دودھ میں پروٹین کی مقدار معمول سے دس گنا زیادہ ہوتی ہے تاکہ ابتدائی دنوں میں تیزی سے بڑھتی ہوئی جسمانی ضروریات پوری کی جا سکیں اس لحاظ سے دیکھا جائے تو پہلے دو تین روز میں دنیا کی کوئی "جنم گھٹی" اور کوئی دوسری غذا اس دودھ کا نعم البدل نہیں ہو سکتی۔

معمول کے دودھ کا جائزہ لیا جائے تو یہ بات سامنے آتی ہے کہ پروٹین کی مقدار اتنی مناسب ہے اور پھر اس پروٹین کے اجزاء اتنے متناسب ہیں کہ ننھے سے جسم کے لیے اس دودھ کا ہضم کرنا اور جزوبدن بنانا نہایت آسان ہوتا ہے۔

دودھ میں دو طرح کی اہم پروٹین ہوتی ہے۔ پانی میں حل پذیر اور پانی میں ناحل پذیر۔ پانی میں حل پذیر پروٹین (Whey Proten) دو طرح کی ہیں۔

ایلیومن اور گلابولن

جبکہ پانی میں ناحل پذیر پروٹین کیسینوجن (caseinogen) ہے انسانی دودھ میں پانی میں حل پذیر پروٹین کی مقدار ۶۰ فیصد ہے جبکہ گائے کے دودھ میں صرف ۱۸ فیصد۔

اسی لیے ہاضمہ کے وقت معدہ میں انسانی دودھ بڑا نرم رہتا ہے جس کے باعث اس کا زیادہ سے زیادہ حصہ جزوبدن بن سکتا ہے۔ جبکہ جانوروں کا دودھ انسانی بچے کے معدہ میں جاتے ہی سخت ہو جاتا ہے۔ ٹھیک سے ہضم نہیں ہوتا اور اس کا بہت تھوڑا حصہ جزوبدن بن پاتا ہے۔

انسانی بچے کو نشوونما کے لیے جو ضروری amino acids درکار ہیں وہ سب ٹھیک مقدار میں اس دودھ میں موجود ہیں۔

جانوروں کے دودھ میں ناقابل ہضم پروٹین کی وجہ سے نہ صرف بچہ ضروری اجزاء سے محروم رہ جاتا ہے بلکہ اس کو کئی قسم کی الرجی ہونے کا خدشہ رہتا ہے۔

لیکٹوز نہ صرف اچھی طرح ہضم ہو کر زیادہ سے زیادہ جزوبدن بننے کی اہلیت رکھتا ہے بلکہ بچے کو دستوں سے بچانے اور اس کی ذہنی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔

چکنائی میں بھی زیادہ حصہ غیرسیرشدہ fatty acids کا ہے جو بڑی آسانی سے ہضم ہو کر زیادہ سے زیادہ جزوبدن بننے کی اہلیت رکھتے ہیں۔

زیادہ چکنائی ہضم ہونے کے باعث چکنائی میں حل ہونے والے وٹامن اے اور ڈی بڑی اچھی طرح اور زیادہ مقدار میں جزوبدن بن جاتے ہیں۔ چنانچہ ماں کا دودھ پینے والے بچوں میں ان دونوں وٹامنز کی کمی بہت کم دیکھنے کو ملے گی۔

وٹامن اے آنکھوں کی اور وٹامن ڈی ہڈیوں کی نشوونما کے لیے نہایت اہم

ہیں۔

نمکیات کی مقدار ماں کے دودھ میں بہت کم ہے جس کے باعث نازک گردے غیرضروری دباؤ سے محفوظ رہتے ہیں۔ یہ تحفظ ساری زندگی اپنا اثر دکھاتا ہے۔ چنانچہ خون کے دباؤ میں اضافہ دل کو خون فراہم کرنے والی خون کی نالیوں کا سکڑنا وغیرہ امراض کے لیے یہ دودھ بہت حد تک بچاؤ فراہم کرتا ہے جبکہ دوسرے دودھ پر پلنے والے بچوں میں بعد کی عمر میں بلڈپریشر کی زیادتی اور دل کی بیماریوں کے خطرات کئی گنا بڑھ جاتے ہیں۔

حقیقت یہ ہے کہ "خلیفة الله فی الارض" کی ذہنی و جسمانی نشوونما کے لیے اس کی ماں کا دودھ محض خوراک نہیں بلکہ اس سے بہت زیادہ فوائد کا حامل ہے۔

ذہنی آسودگی

بچے کو ماں کا دودھ پینے سے جو ذہنی آسودگی' راحت اور احساس تحفظ حاصل ہوتا ہے اس کا پورا اندازلگانا مشکل ہے۔ یہ احساس تحفظ زندگی کی پراعتماد بنیاد استوار کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ ماں کے دودھ سے محروم رہنے والے بچوں کا احساس محرومی تاحیات اپنا اثر دکھاتا ہے۔

ماں کی آغوش میں بچے کی کلکاریاں صرف بچے ہی کو آسودگی نہیں بخشتیں ماں کے ہارمونز کو بھی منضبط کر کے اس کی صحت پر بڑا خوشگوار اثر ڈالتی ہیں۔ بچے کو اپنی آغوش میں لینے سے ماں کی ممتا کی تسکین ہوتی ہے۔ ماں اور بچے کی خوشی سے گھر بھر کا ماحول خوشگوار رہتا ہے۔

جو مائیں اپنے بچوں کو دودھ نہیں پلاتیں وہ خود ذہنی طور پر متوازن نہیں رہتیں۔ ان کا اپنے بچوں سے تعلق بھی بہت زیادہ نہیں ہو پاتا۔ مغربی ممالک آج کل "بچوں پر تشدد" کے سنگین مسئلہ سے دوچار ہیں۔ اس مسئلہ نے ایک وبا کی صورت

میں اس معاشرہ کو اپنی لپیٹ میں لے رکھا ہے۔ صرف امریکہ میں ۱۹۸۷ء کے دوران کوئی بائیس لاکھ ایسے واقعات پولیس ریکارڈ میں آئے۔ اس سے اندازہ لگایا جا سکتا ہے کہ اصل صورتحال کس قدر سنگین ہو گی کیونکہ بالعموم واقعات کا بہت کم حصہ ریکارڈ پر آتا ہے۔

"بچوں پر تشدد" میں المناک بات یہ ہے کہ یہ تشدد بالعموم ان کے ماں یا باپ کی طرف سے ہوتا ہے۔ لیکن زیادہ تر ماں کی جانب سے ہوتا ہے۔ یہ تشدد اس قدر شدید ہوتا ہے کہ بعض اوقات بچے ہمیشہ کے لیے ذہنی یا جسمانی طور پر معذور ہو جاتے ہیں بلکہ کبھی تو جان سے بھی ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ ایسے واقعات بھی ریکارڈ پر ہیں کہ معصوم ننھی جانوں کو ماں نے محض اپنے آرام کی خاطر زندہ دفن کر دیا۔ مغربی محققین اس رجحان کو ممتا کے زوال کی وباء کا نام دیتے ہیں۔

تحقیقات سے یہ بات سامنے آتی ہے کہ ایسا کرنے والی خواتین میں غالب حصہ ان ماؤں کا ہے جنہوں نے بچے کو اپنا دودھ نہیں پلایا۔ بالخصوص ایسی مائیں جو اوائل عمر میں بچوں کو نرسریوں یا دوسرے اداروں میں داخل کروا دیتی ہیں۔ ایسی صورت میں ماں اور بچے کا رابطہ کمزور ہو جاتا ہے اور دونوں میں ذہنی ہم آہنگی اور مضبوط تعلق قائم نہیں ہو پاتا۔

ایک مرتبہ جب ذہنی امراض کے شفاخانہ کے مریضوں پر تحقیقات کی گئیں تو یہ بات سامنے آئی کہ ان میں نوے فیصد وہ افراد ہیں جنہیں بچپن میں ماں کا دودھ نہیں مل سکا۔

تحقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کم از کم نو ماہ تک ماں کا دودھ پینے والے بچے ذہانت کے اعتبار سے ان بچوں سے بہتر ہوتے ہیں جنہوں نے ماں کا دودھ نہیں پیا یا صرف ایک دو ماہ کے لیے پیا۔

ان حقائق کی روشنی میں یہ کہا جا سکتا ہے کہ ماں کا دودھ بچے کے لیے بہترین غذا ہے۔ بچے کو پیدائش کے بعد جتنی جلد یہ دودھ دیا جائے اتنا ہی اچھا ہے اس میں کسی قسم کی تاخیر مناسب نہیں۔ ابتدائی چند دنوں میں فیڈر کا استعمال دراصل ماں اور بچے دونوں کی مشکلات کا آغاز ہے۔

دودھ پلانے کا نظام الاوقات

بچے کے مقررہ نظام الاوقات کے بجائے عندالطلب دودھ دینا زیادہ بہتر ہوتا ہے اس سے بچہ مطمئن رہتا ہے اس کا یہ مطلب نہیں کہ بچہ جب بھی روئے اسے دودھ پلانا شروع کر دیا جائے۔ ایک سمجھدار ماں جلد ہی یہ جان لیتی ہے کہ بچہ کیوں روتا ہے؟ ممکن ہے وہ کپڑوں کے گیلا ہونے گرمی یا سردی لگنے یا محض کسی خوف سے رو رہا ہو۔ ماں کو اندازہ ہونا چاہیے کہ کس وقت بچے کی ضروریات کیا ہیں۔ وہ جب بھی محسوس کرے کہ بچہ بھوکا ہے اسے دودھ پلائے۔ ممکن ہے بچہ ہر دو گھنٹہ بعد بھوک محسوس کرے یا اس سے کم یا زیادہ دیر میں کیونکہ اس کا معدہ اس کی طلب کو خود کنٹرول کرتا ہے۔ ماں رات سوتے میں بھی لیٹے لیٹے دودھ پلا سکتی ہے اس سے بچے کے دودھ نگلنے کے عمل پر کوئی اثر نہیں ہوتا۔ دن رات میں آٹھ دس مرتبہ دودھ ضرور پلانا چاہیے۔ دوسری غذا شروع ہونے پر یہ تعداد کم ہو سکتی ہے۔ جب بھی دودھ پلایا جائے دونوں جانب سے پندرہ بیس منٹ تک پلاتے رہنا چاہیے۔

ابتدائی پانچ چھ ماہ تک بچے کو صرف اپنا دودھ پلانے سے خود ماں کو بیشمار فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ ایسی ماؤں میں چھاتی کے کینسر اور دوسرے امراض کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔ بچوں میں مناسب وقفہ ہوتا ہے کیونکہ ایسی صورت میں جلد حمل کے امکانات بہت کم ہوتے ہیں۔

دودھ کی مقدار

دودھ کی مقدار کو کنٹرول کرنے میں دو مختلف مراحل ہوتے ہیں:

۱۔ دودھ کی پیداوار

۲۔ دودھ کا اترنا

یہ دونوں مراحل مختلف غدودوں کے زیراثر ہوتے ہیں۔ یہ عین ممکن ہے کہ ماں کی دودھ پیدا کرنے کی صلاحیت بالکل ٹھیک ہو۔ دودھ بالکل ٹھیک مقدار میں پیدا ہوتا ہو لیکن وہ اتر نہ پا رہا ہو۔

دودھ کی پیداوار

دودھ پیدا ہونے کے عمل میں دماغ کے زیریں حصہ میں واقع غدود pituitary gland کا اگلا حصہ (anterior pituitary) اثرانداز ہوتا ہے۔ بچے کی پیدائش کے بعد اس حصہ سے ایک رطوبت (hormone) خارج ہوتا ہے۔ یہ (prolaction) ہے جو براہ راست ماں کے پستان پر اثرانداز ہوکر دودھ پیدا کرتا ہے۔

دودھ اترنا

یہ ایک مختلف عمل ہے۔ بچہ جب ماں کا پستان منہ میں لے کر چوستا ہے تو اس کی خبر براہ راست (pituitary gland) کے پچھلے (posterior) حصہ میں پہنچتی ہے وہاں سے ایک اور رطوبت (oxytocin) خارج ہوتی ہے۔ وہ واپس پستان میں پہنچ کر دودھ اترنے کے عمل پر اثرانداز ہوتی ہے۔ یوں دودھ اترنے کے عمل میں ماں اور بچہ دونوں شریک ہوتے ہیں جس پر ماں کی صحت' ذہنی آسودگی اس کا اپنا رجحان' ماحول کے اثرات' گھریلو جھگڑے' کام کی زیادتی اور دیگر عوامل بہت اثرانداز ہوتے ہیں

یوں دودھ کی فراہمی پر طبعی و نفسیاتی اور معاشرتی عوامل نہ صرف الگ الگ بلکہ مشترکہ طور پر اثرانداز ہوتے ہیں ان میں نفسیاتی عوامل غالباً" سب سے موثر اور اہم ہوتے ہیں۔ یہ بات عام مشاہدہ میں آتی ہے کہ کسی ناخوشگوار خبر کے صدمے سے دودھ کی مقدار ایک دم کم ہو جاتی ہے۔ بعض اوقات تو دودھ مکمل طور پر ختم ہو جاتا ہے۔ درحقیقت فکر' پریشانی' بے چینی دودھ اترنے کے عمل کو بری طرح متاثر کرتے ہیں ماں ذہنی طور پر جتنی پرسکون' پراعتماد اور دودھ پلانے کو تیار ہو گی دودھ کی مقدار اتنی ہی زیادہ ہو گی ماں کی پریشانی دودھ کی مقدار کم کر دے گی اگرچہ پریشانی محض یہ ہو کہ بچہ کیوں رو رہا ہے؟ اسی طرح ماں اگر ذہن میں یہ سوچ بھی لے کہ بچے کو دوسرا دودھ بھی دیا جا سکتا ہے تو اس کے اپنے دودھ کی مقدار میں/ کمی واقع ہو جاتی ہے۔

ماں کی اپنی غذائی صورتحال تسلی بخش نہ ہو وہ غذا کے کسی جزو مثلاً فولاد یا کیلشیم کی کمی کی شکار ہو تو دودھ کی پیداوار کم ہوتی ہے۔ یہ کمی بعض اوقات ایک نارمل ماں کے مقابلہ میں ۲۲ فی صد تک نوٹ کی گئی ہے۔

بچے کی صحت' دودھ چوسنے کی صلاحیت' بھوک اور یہ کہ ایک دن میں کتنی مرتبہ وہ دودھ پیتا ہے سب دودھ اترنے پر اثرانداز ہوتے ہیں بچہ جس قدر قوت سے دودھ چوسے گا اور جس قدر زیادہ مرتبہ دودھ پیئے گا اسی قدر زیادہ دودھ اترے گا۔ کمزور بچہ زیادہ قوت سے دودھ نہیں کھینچ سکتا۔ اس صورت میں دودھ کی مقدار کم ہو گی چنانچہ دیکھا گیا ہے کہ کم وزن کے کمزور بچہ کی ماں کم مقدار میں دودھ پیدا کرتی ہے زیادہ وزن کے بچہ کی ماں کا دودھ زیادہ ہوتا ہے۔ جڑواں بچوں کی پیدائش کی صورت میں ماں اگر دونوں بچوں کو دودھ پلانے کا ارادہ کرے تو ان کی ضرورت کے مطابق دودھ فراہم ہوتا رہے گا۔

بچے کو دوسرا دودھ لگانے یا دوسری غذائیں دینے سے ماں کے دودھ کی مقدار کم

ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ گھر سے باہر کام کرنے والی مائیں اگر چاہیں تو دودھ نکال کر برتن میں رکھ سکتی ہیں جو ان کی عدم موجودگی میں بچے کو پلایا جا سکتا ہے۔ یہ دودھ عام درجہ حرارت پر گرمی کے موسم میں بھی چھ سات گھنٹے تک بالکل ٹھیک رہتا ہے۔ فرج میں تو اسے چوبیس گھنٹے کے لیے رکھا جا سکتا ہے تاہم اسے آگ پر گرم نہیں کرنا چاہیے۔

یوں بہت سے بلکہ زیادہ تر معاملات میں یہ کہنا درست نہیں ہوتا کہ دودھ کم ہونے کی وجہ سے بچے کو دوسرا دودھ لگایا گیا بلکہ اصل حقیقت یہ ہوتی ہے کہ چونکہ بچے کی غذائی ضروریات کو دوسری غذاؤں سے بھی پورا کیا جا رہا ہوتا ہے اس لیے ماں کا دودھ کم ہو جاتا ہے۔

دواؤں کے اثرات

ماں جو ادویات لیتی ہے ان کا اثر دودھ میں ظاہر ہوتا ہے۔ بالعموم دودھ میں ان کی مقدار خاصی کم ہوتی ہے جس سے بچے پر کسی غیر مطلوب اثر کا اندیشہ نہیں ہوتا کچھ ادویات دودھ کی مقدار کو کم یا بالکل ختم بھی کر دیتی ہیں ان میں مانع حمل ادویات بالخصوص گولیاں جو ایسٹروجن کی مقدار ماں کے خون میں زیادہ کرتی ہیں دودھ بالکل ختم کر دیتی ہیں۔

شراب' سگریٹ اور دیگر نشہ آور ادویات بھی دودھ کی مقدار بہت کم کر دیتی ہیں نہ صرف یہ بلکہ بچہ ان کے غیر مطلوب اثرات کی زد میں ہوتا ہے۔

دودھ کی فراہم مقدار

مختلف عوامل کے اثرانداز ہونے کے باعث دودھ کی مقدار میں ہر روز بلکہ دن میں کئی مرتبہ اتار چڑھاؤ ہو سکتا ہے۔ بعض اوقات تو دونوں چھاتیوں میں دودھ اترنے

کی مقدار مختلف ہوتی ہے اکثر اس کی وجہ محض یہ ہوتی ہے کہ ماں عادتاً بچے کو ایک جانب سے دودھ زیادہ پلاتی ہے۔۔۔

پیدائش کے بعد دودھ کی مقدار بتدریج بڑھتی چلی جاتی ہے حتیٰ کہ چھ ہفتوں میں یہ مقدار پیدائش سے تقریباً دگنی ہوتی ہے۔ عام طور پر زیادہ سے زیادہ مقدار تین ماہ میں حاصل ہوتی ہے یہ مقدار کئی مہینے بلکہ بسا اوقات تقریباً سال بھر برقرار رہتی ہے۔

عام طور پر ماں کے دودھ کی زیادہ سے زیادہ مقدار چھ سو سے ساڑھے آٹھ سو ملی لیٹر نوٹ کی گئی ہے بعض مقامات پر یہ مقدار ۱۲۰۰ ملی لیٹر تک نوٹ کی گئی ہے۔

ماں کا دودھ فراہم نہ ہو تو؟

ماں یا بچے کی کسی بیماری کے باعث بعض اوقات ماں کا دودھ پلانا ممکن نہیں ہوتا مثلاً

- ماں دل کی مریضہ ہے
- ماں کے گردے ٹھیک کام نہیں کر رہے
- ماں کو کینسر ہے اور وہ اس کا علاج کروا رہی ہے
- ماں کا جگر ٹھیک کام نہیں کر رہا
- ماں کو کوئی دماغی عارضہ لاحق ہے

ان صورتوں میں دودھ میں کوئی خرابی تو واقع نہیں ہوتی لیکن بیمار ماں کے لیے دودھ پلانا ایک سخت کام ثابت ہوتا ہے۔ متعدی بیماریوں میں بعض احتیاطی تدابیر ملحوظ رکھتے ہوئے بچے کو دودھ پلاتے رہنا چاہیے کیونکہ یوں بچہ لازمی طور پر ماں کے دودھ کے ذریعہ بیماری کے خلاف اینٹی باڈیز حاصل کر لیتا ہے۔ تاہم بہتر یہ ہے کہ کسی بھی بیماری یا مسئلہ کی صورت میں ڈاکٹر سے مشورہ ضرور لے لیا جائے کہ بچے کو دودھ پلایا

جا سکتا ہے یا نہیں یا کن احتیاطی تدابیر کے ساتھ پلایا جا سکتا ہے۔ بعض اوقات ماں کی کسی بیماری کے باعث عارضی طور پر دودھ پلانا بند کرنا پڑتا ہے تاہم ماں کے صحت یاب ہونے پر ماں کا اپنا ارادہ مستحکم ہو تو دودھ دوبارہ شروع کروانا کچھ مشکل نہیں۔

○ اس طرح ماں اور باپ میں علیحدگی یا ماں کی موت کی صورت میں جب بچے کو ماں کا دودھ فراہم نہ ہو۔ اس صورت میں بہتر تو یہ ہے کہ اگر ماں دودھ نہیں پلا سکتی تو کوئی اور خاتون رضاعت کے لیے مل جائے تو وہ دودھ پلائے ورنہ بچے کو دوسرا دودھ شروع کروانا پڑتا ہے۔

○ بعض اوقات بچے میں پیدائشی طور پر کوئی ایسا نقص ہو سکتا ہے یا وہ جسم میں کسی نظام کی خرابی کے باعث ماں کا دودھ ہضم نہ کر سکتا ہو تو یہ فیصلہ کرنا ہوتا ہے کہ پھر بچے کے لیے کون سی غذا مناسب ہو گی۔

اس صورت میں بچے کو بھینس یا گائے کا تازہ دودھ دیا جاتا ہے یہ دودھ اگر خالص دستیاب ہو تو اس میں کچھ پانی اور چینی ملا کر اسے بچے کی غذائی ضروریات کے مطابق بنایا جا سکتا ہے۔ اس کے لیے کسی ڈاکٹر سے مشورہ لیا جا سکتا ہے کہ بچے کے لیے کون سا دودھ کس طرح دیا جا سکتا ہے۔ تاہم ایک بات واضح ہے کہ دوسرا دودھ دینا ہی ہو تو فیڈر کے بجائے کپ اور چمچ سے دینا زیادہ بہتر رہتا ہے۔ اس لیے کہ ان کو صاف رکھنا آسان ہے۔

دودھ چھڑانا

بچوں کو ماں کا دودھ چھڑانے کا عمل رفتہ رفتہ ہونا چاہیے ایک سال کی عمر کے بعد یوں تو بچہ ہر طرح کی غذا کھانے لگ جاتا ہے تاہم رضاعت کی مدت دو سال تک جاری رہنے سے ماں اور بچے دونوں کی صحت پر اچھا اثر پڑتا ہے سوائے اس کے کہ حمل یا کسی دوسری مجبوری کے باعث اس سے پہلے ایسا کرنا پڑے۔ کوشش کی جانی

چاہیے کہ بچے کا دودھ اسی وقت چھڑایا جائے جب اس کی صحت ٹھیک ہو اور وہ دوسری متبادل غذائیں ٹھیک طرح سے لے رہا ہو۔

ج۔ دیگر غذائی ضروریات

جس قدر یہ اہم ہے کہ ابتدائی چار پانچ ماہ تک بچے کو صرف ماں کا دودھ ملے اسی قدر یہ ضروری ہے کہ اس کی غذائی ضروریات کا خیال رکھتے ہوئے دوسری اشیاء بروقت اور مناسب انداز میں شروع کروا دی جائیں۔ چار ماہ سے پہلے ماں کے دودھ کے علاوہ دیگر غذائیں دینے سے بچے میں الرجی اور انفیکشن کے امکان بڑھ جاتے ہیں بلکہ گردوں پر اضافی بوجھ کے باعث بعد کی زندگی میں بلڈ پریشر میں اضافہ اور دیگر عوارض کا امکان زیادہ ہو جاتا ہے۔

بچے کی غذائی ضروریات کے لحاظ سے ماں کا دودھ چار سے چھ ماہ تک کی عمر کے لیے بالکل کافی ہوتا ہے بالعموم چھٹے ماہ میں دودھ کی مقدار بچے کی ضروریات کے مقابلہ میں کم ہونے لگتی ہے اس لیے دوسری اشیاء دینا ضروری ہو جاتا ہے اس معاملہ میں کوتاہی بچے کو ناقابل تلافی نقصان پہنچا سکتی ہے۔ ناکافی غذا سے بچے کا وزن نہیں بڑھتا جسمانی کمزوری زیادہ ہونے سے قوت مدافعت کم ہو جاتی ہے اور بچہ بیماریوں کا جلد شکار ہو جاتا ہے۔ یوں بار بار بیمار ہونے سے وہ مزید کمزور ہو جاتا ہے۔ بیماری میں بھوک مزید کم ہو جاتی ہے جس سے بچہ اور بھی لاغر ہو جاتا ہے۔

پانچ چھ ماہ کی عمر میں ماں کا زیادہ سے زیادہ دودھ ۸۵۰ ملی لیٹر ہوتا ہے۔ اس سے تقریباً ۶۰۰ حرارے حاصل ہوتے ہیں۔ جبکہ اس عمر میں ۱۱۰ حرارے فی کلوگرام کے حساب سے بچے کو تقریباً ۷۰۰ حرارے چاہیے ہوتے ہیں۔ بچے کو یہ زائد حرارے خوراک کی صورت میں نہ مہیا کئے جائیں تو وہ مسلسل غذائی کمی کا شکار ہوتا چلا جائے گا۔

چھ ماہ پر بچے کے لیے مطلوبہ حراروں کی مقدار ۷۰۰ حرارے

۹ ماہ پر بچے کے لیے مطلوبہ حراروں کی مقدار ۸۵۰ حرارے

۱۲ ماہ پر بچے کے لیے مطلوبہ حراروں کی مقدار ۱۰۰۰ حرارے

بچہ ماں کا دودھ پی رہا ہے تو چھ ماہ تک اسے ایک سو زائد حراروں کی ضرورت ہو گی۔ ۹ ماہ پر کوئی دو سو اور ایک سال پر ۴۰۰-۳۰۰ حرارے زائد درکار ہوں گے۔

بچے کی غذائی ضروریات پوری کرنے کے لیے جو احتیاطی تدابیر اختیار کی جانی چاہئیں وہ درج ذیل ہیں:

○ غذا بالکل نرم فیرنی کی طرح ہو تاکہ بچے کو نگلنے میں دقت نہ ہو۔ کیونکہ اس وقت تک بچے کا نگلنے کا نظام پوری طرح تیار نہیں ہوتا۔ غذا کچھ سخت ہو تو اچھو لگ جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔

○ ایک وقت میں ایک ہی غذا دی جانی چاہیے تاکہ یہ دیکھا جا سکے کہ بچہ دی جانے والی غذا پسند کرتا ہے یا نہیں اور یہ کہ وہ اسے آسانی سے ہضم کر سکتا ہے۔ اسے اس کی وجہ سے الرجی یا کوئی اور تکلیف تو نہیں ہو رہی۔ ایک غذا چار پانچ روز تک دی جاتی رہے تو اس کے محفوظ ہونے کا اندازہ لگایا جا سکتا ہے۔ مثلاً چار پانچ روز دلیہ دیں۔ بچہ اسے قبول کرتا ہے تو اس کے بعد اسے پسے ہوئے چاولوں کی فیرنی یا کھیر دی جا سکتی ہے۔ پھر کیلا' آلو' ساگودانہ' مونگ کی دال وغیرہ دیئے جا سکتے ہیں۔

○ بہتر یہ ہے کہ بچے کو دی جانے والی غذا گھر پر تازہ تیار کی گئی ہو بند ڈبوں میں بچوں کی تیار شدہ غذا نہ صرف بہت مہنگی پڑتی ہے بلکہ غذائی اعتبار سے زیادہ مفید ثابت نہیں ہوتی۔ پھر گھر کی تیار شدہ غذا کھانے سے بچہ گھر کی چیزوں کے ذائقہ کا عادی ہو جاتا ہے۔

○ بچے کے لیے جو غذا تیار کی جائے وہ کسی ایک چیز کے بجائے ابتداء میں دو اور

پھر تین چیزیں ملا کر تیار کی جائے۔ یہ اجزاء الگ الگ گروپس سے ہونے چاہئیں۔

ابتداء میں کوئی نشاستہ دار غذا مثلاً آلو' کیلا' ابلے ہوئے نرم چاول' ابلی ہوئی سبزیاں' دیئے جا سکتے ہیں۔ چند روز یہ دینے کے بعد پھر ابلے ہوئے آلو کو مسل کر دودھ میں ملا کر دیا جا سکتا ہے۔ چاولوں کی کھیر یا فیرنی' کیلا اور دودھ' سوجی کی کھیر ابلی ہوئی سبزیاں' یخنی یا قیمہ میں ملا کر دی جا سکتی ہیں۔ ذائقہ بہتر بنانے کے لیے مکھن یا گھی تھوڑا سا ملایا جا سکتا ہے۔ چکنائی کے اضافہ سے حراروں کی مقدار بھی بڑھ جائے گی۔

اگلے مرحلے پر کھانے میں لوبیا' مٹر اور دوسری پھلیاں کھانے میں دی جا سکتی ہیں۔ چھ ماہ کی عمر سے پالک' بند گوبھی اور دوسری پتوں والی غذائیں شامل کرنے سے بچہ فولاد کی کمی کا شکار نہیں ہو گا۔

○ بچے کو چھ ماہ کی عمر سے پہلے نمک' مرچ اور انڈا نہیں دیا جانا چاہیے۔ نمک گردوں پر اضافی بوجھ کا باعث ہوتا ہے۔ انڈا الرجی پیدا کرنے میں بڑا بدنام ہے احتیاط کا تقاضا یہ ہے کہ انڈا ایک سال کی عمر کے بعد ہی دینا شروع کیا جائے۔ چھ ماہ کے بعد دینا ہی ہو تو صرف زردی دی جا سکتی ہے۔

○ بچے کو اضافی غذا دینے سے پہلے ماں کا دودھ پلا لینا چاہیے اس سے ماں کا دودھ کم نہیں ہو گا۔ بچے کو اضافی اجزاء ملتے رہیں گے اور بعد میں وہ صرف اتنی ہی غذا کھائے گا جو اسے درکار ہو گی۔ صرف اضافی غذا دینے سے بچہ اپنا پیٹ اس غذا سے بھر لے گا اور بعد میں ماں کا دودھ نہیں پیئے گا یا پوری طرح نہیں چوسے گا۔ اس طرح آہستہ آہستہ ماں کا دودھ کم ہوتا جائے گا۔ بچے کی صحت کے لحاظ سے اہم بات یہ ہے کہ وہ جتنی زیادہ مدت تک اور جتنا زیادہ ماں کا دودھ پی سکے پیئے!

○ جب سب افرادخانہ دستر خوان پر بیٹھیں تو بچے کو بھی ساتھ بٹھایا جائے۔ دسترخوان سے کوئی چیز اسے پکڑا دیں تو وہ چوستا رہے۔ یہ مناسب نہیں ہے کہ بچے کو

پہلے یا بعد میں کھلا کر پھر کسی کے حوالے کر دیا جائے کہ اسے دستر خوان سے دور رکھے تاکہ باقی افراد اطمینان سے کھانا کھا لیں۔ اس صورت میں ماں اور دیگر افراد تو اطمینان سے کھانا کھا لیں گے لیکن بچے کے ذہن پر اس کے بڑے منفی اثرات مرتب ہو سکتے ہیں۔ ممکن ہے اسے بعد میں بھی دسترخوان پر بیٹھنا اچھا نہ لگے۔ ردعمل کے طور پر وہ اپنی من مانی کرنا شروع کر دے' مختلف کھانوں کے بارے میں مختلف رائے رکھتا ہو' کسی کو پسند اور کسی کو ناپسند کرنے لگے۔ کھانے پینے اور دیگر معاشرتی آداب سکھانے کے لیے بھی دسترخوان ایک اچھی اور موزوں جگہ ہے۔

○ بچے کو کوئی چیز کھلانے میں زبردستی نہیں کرنا چاہیے اسے کھاتے ہوئے ڈانٹ ڈپٹ بھی نہ کریں۔ بچہ اپنے طریقے سے کھائے گا کبھی وہ چمچ اپنے ہاتھ میں لینا چاہیے گا۔ کبھی پیالی پکڑے گا' کبھی کھانا منہ سے نکال دے گا۔ ماں بچے کی ان حرکتوں سے پریشان ہو کر بچے کو ڈانٹ ڈپٹ شروع کر دے تو مسئلہ حل ہونے کے بجائے الجھ جائے گا۔ ماں چاہتی ہے کہ بچہ آرام سے بیٹھ کر جلدی سے کھانا ختم کر دے تاکہ اس کا وقت بچ جائے کیونکہ اس کے بے شمار دوسرے کام بکھرے پڑے ہوں گے۔ بچے کے ساتھ معاملہ کرتے وقت بے پناہ تحمل کا مظاہرہ کرنا ہو گا۔ ماں کی خفگی یا غصے سے بچے میں بھی غصہ اور چڑچڑا پن پیدا ہو گا۔ پھر کھانا ہمیشہ اس کے لیے مسئلہ بنا رہے گا۔

○ بچے کی پسند و ناپسند کا ضرور احترام کرنا چاہیے۔ اگر وہ اپنے رویہ سے یہ ظاہر کر رہا ہے کہ کھانا اسے پسند نہیں ہے تو وہی کھانا کھلانے کی زبردستی کوشش نہ کریں۔ کچھ دیر یا کچھ دنوں کے بعد ممکن ہے دوبارہ اسے وہ چیز پسند آ جائے جس سے ایک مرتبہ ناپسندیدگی کا اظہار کر چکا ہے۔ یہ اظہار ناپسندیدگی اس وجہ سے ہو سکتی ہے کہ بچے کے لیے اس کا درجہ حرارت کم یا زیادہ تھا۔ کھانے کا ذائقہ اس کی پسند کا نہ تھا۔ آپ اپنی گفتگو میں اس بات کو نہ لائیں کہ فلاں چیز تو بچے کو پسند ہی نہیں۔ یہ سن سن کر ممکن

ہے وہ واقعی ناپسند کرنے لگے۔

○ یہ بات ٹھیک نہیں ہے کہ بچہ سارا وقت ہی کچھ نہ کچھ "ٹھونگتا" رہے۔ دو کھانوں کے درمیان مناسب وقفہ ہونا چاہیے۔ یہ وقفہ چھ ماہ کی عمر کے بعد تین چار گھنٹے کا ہو سکتا ہے۔ تاکہ بچے کو اچھی طرح بھوک لگ جائے اور وہ ٹھیک سے غذا حاصل کر سکے۔

○ کھانے کے آداب کی تعلیم ابتدا ہی سے شروع کر دینا چاہیے۔ اس وقت سے جب بچہ ابھی خود کھانے پینے کی سمجھ بھی نہیں رکھتا۔ بچے کو دودھ پلاتے یا کچھ کھلاتے ہوئے ہاتھ دھولیں۔ بسم اللہ پڑھ کر کھلانا شروع کریں کھانے کے بعد الحمدللہ کہیں۔ اپنے اور بچے کے ہاتھ دھوئیں۔ دانت صاف کریں۔ پانی پیتے یا پلاتے ہوئے کوشش ہو کہ تین سانس میں پیا جائے۔ پانی کے برتن میں سانس نہ لیں۔ کھانے پینے کی چیزوں پر پھونکیں نہ ماریں۔ بچہ ذرا بڑا ہو جائے تو اس کی زبان سے بسم اللہ اور الحمدللہ کہلوائیں۔ اسے بتائیں کہ وہ آرام سے بیٹھ کر کھائے۔ چلتے پھرتے کھانا اچھی عادت نہیں۔ پیارے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کھڑے ہو کر یا چل پھر کر کھانا اچھا نہیں سمجھتے تھے۔ یہ جانوروں کا طریقہ ہے۔ کھانے کے برتن میں ادھر ادھر ہاتھ نہ ماریں۔ اپنے سامنے سے کھائیں۔ کھانا ادھر ادھر پھینکیں نہیں۔ کھانے کی چیز نیچے گرانا بے ادبی ہے۔ پھلوں کے چھلکے اور گٹھلیاں یونہی ادھر ادھر نہ پھینکیں اس سے نہ صرف گھر گندا ہو جاتا ہے بلکہ یہ چھلکے کسی حادثہ کا سبب بھی بن سکتے ہیں۔

غذا کی فراہمی

بچے کو کھلانا پلانا بھی ایک فن ہے۔ اس فن میں اہم بات ماں کا تحمل اور بشاشت ہے۔ کھانے کو بچے کے لیے دلچسپ اور خوشگوار کام بنانا بہت ضروری ہے۔ ماؤں کی معمولی سی بے صبری یا غصہ بچے کے ذہن پر بعض اوقات بڑے ناخوشگوار اثرات مرتب

کر دیتا ہے یہ اثرات ساری زندگی اپنا اثر دکھاتے ہیں۔ اس سلسلہ میں بچوں میں جو ناخوشگوار اثرات دیکھے گئے ہیں وہ یہ ہیں:

○ کھانے سے گریز

اکثر مائیں شکایت کرتی ہیں کہ بچے کھاتے نہیں ہیں۔ بچہ مستقل طور پر ہی کھانے سے گریز کرے تو اس کی زیادہ تر وجہ محض یہ ہو سکتی ہے کہ ماں اسے کھلانے کے لیے صحیح طریقہ اختیار نہیں کر رہی۔ وہ بچے کی نفسیات سمجھنے سے قاصر رہی ہے۔ اپنی مرضی کے مطابق اپنی پسند کا کھانا بچے کو کھلانے پر مصر ہے۔ اس معاملہ میں جہاں ماں کی لاپروائی مناسب نہیں وہیں ماں کی ضرورت سے زیادہ فکرمندی بھی ٹھیک نہیں۔ ماں کا رویہ متوازن ہو تو بچے کے لیے کھانا ایک پسندیدہ کام ہو سکتا ہے۔

عارضی طور پر بچہ کھانے سے گریز کر رہا ہے تو ممکن ہے اس کی طبیعت ٹھیک نہ ہو' اسے بھوک نہ لگی ہو یا مسوڑھے دکھتے ہوں۔ ایسے میں بچے سے زبردستی کا معاملہ اسے مزید پریشان کر سکتا ہے۔

بالعموم بچوں کو بھوک ہو تو وہ خود بخود کھا لیتے ہیں۔ بھوک نہ لگنے کی صورت میں معالجین کی رائے سے دوسرے ذرائع اختیار کیے جا سکتے ہیں۔ لیکن اس معاملہ میں بھوک بڑھانے والی ادویات کا استعمال بڑا ناخوشگوار ثابت ہو سکتا ہے۔

دوسری چیزوں کی بھوک ممکن ہے محض اس وجہ سے محسوس نہ ہوئی ہو کہ بچہ دودھ کافی مقدار میں پی لیتا ہو۔ دودھ کی مقدار کم کرنے اور بغیر چینی والا دودھ دینے سے دوسری چیزوں کی اشتہا پیدا ہو گی۔

کھانے سے پہلے ٹافیاں' بسکٹ' چیونگم وغیرہ بھی بھوک خراب کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ یہ اشیاء نہ صرف دانتوں کو خراب کرتی ہیں بلکہ بچے کو غذا کے ضروری اجزاء سے بھی محروم رکھتی ہیں۔

کھانا نہ کھانے کی شکایت کا جائزہ بچے کے وزن یا جسمانی چستی سے لیا جا سکتا ہے اگر اس کا وزن عمر کے مطابق نہیں بڑھ پا رہا یا سست ہے اور دوسرے بچوں سے پیچھے رہتا ہے تو پھر واقعی فکر والی بات ہے۔

لیکن وزن ٹھیک سے بڑھ رہا ہو اور اس کی عمومی صحت بھی ٹھیک ہو تو پھر پریشان ہونے کی ضرورت نہیں تاہم اس مقصد کے لیے ڈاکٹر کے پاس یا ہیلتھ سنٹر لے جا کر بچے کی صحت کا جائزہ لے لیا جانا چاہیے۔

○ موٹاپا

جس قدر تشویشناک یہ بات ہے کہ بچہ کم کھاتا ہے یا اس کا وزن معمول کے مطابق نہیں بڑھ رہا اسی قدر بچے کا معمول سے زیادہ وزن کا بڑھنا بھی پریشان کن ہے اس لیے غذا میں موٹا کرنے والی غذائیں مثلاً زیادہ میٹھا' زیادہ چکنائی وغیرہ شامل نہیں کرنی چاہئیں بلکہ ہر لحاظ سے توازن پیدا کرنا اصل خوبی کی بات ہے۔

○ مٹی کھانا

بچوں میں مٹی یا اس طرح کی دوسری چیزیں کھانے کی عادت بالعموم اس لیے پیدا ہوتی ہے کہ ان پر مناسب توجہ نہیں دی جاتی۔ پانچ چھ ماہ کی عمر میں فطرتاً" بچہ ہر چیز منہ میں لے جاتا ہے۔ وہ اپنے تمام حواس سے کام لیتے ہوئے ہر چیز کو سمجھ لینا چاہتا ہے۔ عمر کے اس حصہ میں بچے کو مناسب توجہ نہ دی جائے تو ہر چیز منہ میں لے جانا اس کی عادت بن جاتی ہے' وہ ہر وقت کچھ نہ کچھ منہ میں رکھنا چاہتا ہے۔ اس سے اس کو ایک طرح کی جذباتی تسکین حاصل ہوتی ہے۔ اس لیے وہ انگوٹھا یا دوسری انگلیاں چوسنے لگتا ہے۔

○ ناخن کترنا

یہ عادت بھی بالعموم مذکورہ بالا وجہ ہی سے عمر کے اس حصہ میں شروع ہوتی ہے یہ عادت بچے کے ذہنی دباؤ یا پریشانی کو ظاہر کرتی ہے۔ ایسی صورت میں بچے کو توجہ دینا اس سے گپ شپ لگانا اس کی دلچسپی کی چیزیں بالخصوص کسی دوسرے کی رفاقت فراہم کرنا چاہیے تاکہ بچہ کبھی خود کو تنہا نہ محسوس کرے۔

○ چوسنی

منہ میں کوئی چیز ڈال کر بچہ جو جذباتی تسکین حاصل کرتا ہے اس کا فائدہ اٹھاتے ہوئے مائیں بچوں کو چوسنی لگا دیتی ہیں۔ چوسنی کی عادت بچے کے لیے بڑی خطرناک ثابت ہوتی ہے۔ اس سے بچے کے پیٹ میں گیس رہتی ہے۔ چوسنی کے ساتھ جراثیم کا جسم میں داخل ہونا آسان ہو جاتا ہے۔ چنانچہ پیٹ خراب رہنے میں اس کا کردار بہت اہم ہے۔

بچوں کی صحت کے اہم مسائل

صحت رب کریم کی بڑی نعمتوں میں سے ایک ہے۔ صحت کو برقرار رکھنے اور اس کی حفاظت کی تدابیر اختیار کرنا مومن کی اہم ذمہ داری ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

"قوی مومن کمزور مومن سے بہتر ہے اور اللہ کو زیادہ محبوب ہے۔"

صحت کی سہولتوں کی فراہمی معاشرے کی بنیادی ذمہ داریوں میں سے ہے۔ اسلامی معاشرہ اس ذمہ داری کو قبول کرتا ہے چنانچہ اسلامی دور میں ہمیشہ صحت کی سہولتوں کی فراہمی اور علاج تقریباً" مفت رہا ہے۔

دور حاضر میں معاشرے کے افراد کی صحت کی صورتحال کا اندازہ مختلف اعداد و شمار سے لگایا جاتا ہے۔ بچوں کی صحت کا اندازہ لگانے کے لیے بچوں کی شرح اموات کو سب سے حساس پیمانہ سمجھا جاتا ہے۔

ہمارے ہاں ایک سال سے کم عمر کے بچوں کی شرح اموات سو کی قریب ہے۔ پانچ سال کی عمر تک پہنچتے پہنچتے یہ تعداد ۱۳۷ تک ہو جاتی ہے یعنی ایک ہزار پیدا ہونے والے بچوں میں سے سو بچے ایک سال کی عمر تک اور ۱۳۷ بچے پانچ سال تک کی عمر تک موت کے منہ میں چلے جاتے ہیں۔ یہ اس بات کی علامت ہے کہ بچوں کی صحت کی نگہداشت اور سہولتوں کی فراہمی کی صورتحال اطمینان بخش نہیں ہے۔ صحت کی ناکافی سہولتوں اور موجود سہولتوں کو کماحقہ استعمال نہ کرنے کے باعث پاکستان میں ۷

لاکھ ۴۸ ہزار بچے ہر سال موت کے منہ میں چلے جاتے ہیں۔ صورتحال کی سنگینی کا اندازہ اس سے لگایا جا سکتا ہے کہ کئی دوسرے ممالک میں شرح اموات اس سے کہیں کم ہے۔ مثلاً سکنڈے نیوین ممالک میں یہ شرح صرف چار' یورپی ممالک میں چھ سے سات اور ہمارے پڑوس میں سری لنکا میں سترہ ہے۔

پاکستان میں اس وقت کوئی ۵۰ فیصد سے زائد بچے غذائی کمی کا شکار ہیں۔ سکول جانے کی عمر (۱۲۔۵ سال) کے دوران صرف ۴۱٫۷ فیصد لڑکے اور ۱۹٫۴ فیصد لڑکیاں سکول میں واخلہ حاصل کر پاتے ہیں۔ عمر کے اس حصے میں جب انہیں حصول تعلیم کے مدارج سے گزرنا چاہیے ایک کثیر تعداد (۳.۶ ملین) معاشی اور معاشرتی مجبوریوں کے باعث مزدوری اور مشقت والے کام کرنے پر مجبور ہوتے ہیں۔ یہ بچے حصول تعلیم' تفریح اور آرام کے مواقع حاصل نہیں کر پاتے۔ یہ اس قوم کی حالت ہے جہاں آج سے ایک سو چالیس سال پہلے یعنی دور غلامی سے قبل شرح خواندگی تقریباً ۱۰۰ فیصد تھی جہاں کا بچہ بچہ زیور تعلیم سے آراستہ ہوتا تھا۔

یہاں بچوں کی صحت کے مسائل کا مختصر تذکرہ کیا جائے گا تاکہ والدین ان کے بچاؤ کی تدابیر اختیار کر سکیں۔

ا۔ رونا اور ضد کرنا

بچوں کا اپنی عمر کے لحاظ سے معمول سے زیادہ رونا گھر میں سب کو پریشان کر دیتا ہے۔ معمول کے مطابق رونے سے تو بچے کو کوئی نقصان نہیں ہوتا بلکہ یہ فائدہ مند ہی ہوتا ہے۔ اس سے جسم کے تمام اعضاء کی ورزش ہوتی ہے' پٹھے مضبوط ہوتے ہیں اور جسمانی کارکردگی اور نشوونما بہتر ہوتی ہے۔ ان کو بھوک زیادہ لگتی ہے اور بعد میں نیند اچھی آتی ہے۔ ذرا بڑے بچوں کے لیے رونا ان کے جذباتی دباؤ کو ختم کرنے میں معاون ہوتا ہے۔ ان کا غم و غصہ اور جھنجلاہٹ کم ہوتے ہیں۔ لیکن معمول سے زیادہ

رونا اور چیخنا زندگی کے ہر حصہ میں جسمانی اور نفسیاتی طور پر نقصان دہ ہو سکتا ہے۔ زیادہ دیر تک شدید رونا کسی وقتی تکلیف کے باعث ہو سکتا ہے اور کسی احساس محرومی کے خلاف اظہار احتجاج بھی! جس کی تلافی نہ ہو تو بعد میں یہ مستقل عادت بن جاتی ہے جو بتدریج ضد کی شکل اختیار کر لیتی ہے۔ ایک مرتبہ یہ عادت پیدا ہو جائے تو مشکل ہی سے جاتی ہے۔ خاندان کے لیے یہ ایک تکلیف دہ صورتحال ہے اس سے بچہ' اس کے والدین اور خاندان کے لیے کئی مسائل پیدا ہونے لگتے ہیں۔

رونے کے باعث بچے کے جسمانی مسائل

زیادہ رونے سے بچے کی قوت بے مصرف ضائع ہو جاتی ہے۔ زیادہ رونے سے زیادہ قوت اور طاقت صرف ہوتی ہے رونے کے دوران ان کا پورا جسم متحرک ہوتا ہے وہ رو رو کر تھک جاتے ہیں جس سے ان کا معمول کا کھانا اور آرام متاثر ہوتے ہیں۔ مزاج برہم ہوتا ہے اور اگر کسی وجہ سے رونا عادت بن جائے تو پھر نفسیاتی مسائل مثلاً ہسٹیریا وغیرہ ہو جاتے ہیں۔

زیادہ رونا پورے جسم کے افعال کے توازن کو درہم برہم کرتا ہے نظام انہضام میں بگاڑ پیدا ہو سکتا ہے روتے روتے بچہ دودھ الٹا دیتا ہے۔ قے اور اسہال جیسے امراض ہو سکتے ہیں۔

رونے کے باعث بچے کے نفسیاتی مسائل

بالعموم بچہ توجہ حاصل کرنے کے لیے روتا ہے جب رونے سے بھی مسئلہ حل نہ ہو اور وہ خود کو نظرانداز ہوتا محسوس کرے تو کئی طرح کے نفسیاتی مسائل پیدا ہو جاتے ہیں مثلاً انگوٹھا چوسنے یا ناخن کترنے کی عادت' سوتے میں پیشاب کر دینا' نیند میں چلنا وغیرہ۔

گھر کا ماحول

بچے کے رونے سے گھر کا ماحول بری طرح متاثر ہوتا ہے۔ اس کے زیادہ رونے سے گھر کا ہر فرد فکرمند ہو جاتا ہے جس سے گھر کی فضا میں ایک تناؤ کی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے۔ جب تک گھر کے دیگر افراد بچے کے رونے کی کوئی وجہ معلوم نہیں کر لیتے ان کا صبر اور قوت برداشت جواب دینے لگتے ہیں پھر وہ یا تو بہت زیادہ پریشان ہو جاتے ہیں اور بے جا لاڈ و پیار کرنے لگتے ہیں یا بچے کی عادت سمجھ کر اسے نظرانداز کرنے لگتے ہیں۔ بچے کو رونے والا بچہ قرار دے دیا جاتا ہے اور دوسروں کے سامنے اس کی اس عادت کو بڑھا چڑھا کر شکایت کے انداز میں پیش کیا جاتا ہے۔ اس سے ان کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ بچے کو سبق سکھایا جائے کہ وہ رو کر اپنے مطالبات نہیں منوا سکتا۔ دونوں صورتوں میں بچہ کی ذہنی نشوونما متاثر ہوتی ہے۔ ضرورت سے زیادہ احساس تحفظ (over-protectiveness) کے باعث وہ ہر بات میں بڑوں پر انحصار کی عادت اپنا لیتا ہے۔ اور اگر وہ خود کو نظرانداز ہوتا محسوس کرے تو سمجھنے لگتا ہے کہ کوئی اس سے پیار نہیں کرتا۔ یوں احساس محرومی کا شکار بچہ سیکھنے اور تجزیہ کی صفات پیدا کرنے میں دوسروں سے پیچھے رہ جاتا ہے اس لیے یہ بڑا اہم ہے کہ بچے کے رونے کی وجہ کا تعین فوری طور پر ہو اور اس کو دور کرنے کی تدابیر ہوں۔

بچے کیوں روتے ہیں؟

معمول کے مطابق بچے کا رونا درج ذیل وجوہات کی بنا پر ہو سکتا ہے۔

- بھوک
- گیلا نیپی
- جسمانی تکلیف

- تنہائی
- کسی طرح کا خوف
- نیند
- کھانے پینے اور آرام کے معمولات میں ردوبدل

۲۔ خوف

ابتدائی چھ ماہ تک بالعموم بچے خوف کے مفہوم سے زیادہ آشنا نہیں ہوتے۔ البتہ تنہائی سے گھبراتے ہیں اور چاہتے ہیں کہ ان کے اردگرد آشنا چہرے موجود ہوں۔ دو تین ماہ کا بچہ ناآشنا' اجنبی چہروں سے گریز اختیار کرنا چاہتا ہے۔ جوں جوں اس کا فہم بڑھتا ہے جسمانی تحفظ کا احساس زیادہ ہوتا جاتا ہے۔ جونہی وہ کسی خطرہ کو محسوس کرتا ہے اس سے بچنے کی تدابیر کرتا ہے۔ جب تک وہ چلنے پھرنے اور بھاگنے کے قابل نہیں ہوتا اس کے لیے خطرہ سے بچنے کی سب سے اہم تدبیر چیخنا چلانا ہے۔ چنانچہ ۷ ماہ سے ۶ سال تک کے بچوں میں خوف کے جذبات نمایاں طور پر سامنے آتے ہیں۔ یہ خوف کئی وجوہات سے ہو سکتا ہے مثلاً تنہائی' اجنبی اور نامانوس افراد' اندھیرا' اونچائی' درد اور تکلیف' نامانوس جانور کا دیکھنا' اجنبی جگہ' حتیٰ کہ اجنبی کھلونے بالخصوص کارٹون کی شکل کے جانوروں سے ملتے جلتے کھلونے بچے کو خوفزدہ کرنے کے لیے کافی ہیں۔ خوف کا اظہار بچے کی ذہانت اور محتاط طبیعت کو ظاہر کرتا ہے۔ لڑکیاں بالعموم لڑکوں کی نسبت زیادہ ڈرپوک ہوتی ہیں۔ "پہلے بچے" زیادہ احساس تحفظ (over-protectiveness) کے باعث خوف کا جلد شکار ہوتے ہیں۔ وہ بچے جو کسی وجہ سے احساس محرومی کا شکار یا نفسیاتی طور پر متاثر ہوں زیادہ ڈرتے ہیں۔ خوفناک کہانیاں بھی بچے کو ڈرپوک بنانے میں بڑا کردار ادا کرتی ہیں۔

بچے کے رونے اور ڈرنے کے معاملہ میں اہم ترین بات یہ ہے کہ بچہ کو تنہا نہ

چھوڑا جائے، کسی اجنبی شخص، جگہ یا چیز سے سامنا ہو تو خود بچے کو اس سے مانوس کریں۔ اسے اپنی نظروں کے سامنے رکھیں اس کے رونے پر فوراً متوجہ ہوں اور کچھ دیر اس سے گپ شپ لگائیں تو بالعموم یہ مسائل پیدا ہی نہیں ہوتے۔

گفتگو میں لکنت

کچھ بچے بڑی جلدی الفاظ کی صحیح ادائیگی پر قدرت حاصل کر لیتے ہیں۔ جب کہ کچھ بہت دیر تک بولنا شروع نہیں کرتے یا لکنت کا شکار ہوتے ہیں۔ کہا جاتا ہے کہ گفتگو پر جلد قدرت اس فرد پر اس کے خالق کا خصوصی انعام ہے۔ یہ بچے کی ذہانت کا اظہار ہے۔ رب کریم نے "قوت بیان" کو انسان پر اپنے خاص انعامات میں شمار کیا ہے چنانچہ سورۃ الرحمٰن میں انسان کی تخلیق کے بعد جس نعمت کا سب سے پہلے ذکر کیا گیا وہ یہی قوت بیان ہے۔

خلق الانسان علمه البيان

"اس نے انسان کو پیدا کیا۔ پھر اسے بولنا سکھلایا۔" (الرحمٰن ۴۔۳)

بولنا دراصل انسان کے ذی شعور اور ذی اختیار مخلوق ہونے کی صریح علامت ہے۔ یہ وہ امتیازی وصف ہے جو انسان کو حیوانات اور دوسری ارضی مخلوقات سے ممتاز کرتا ہے۔ یہ محض قوت گویائی ہی نہیں ہے بلکہ اس کے پیچھے عقل و شعور، فہم و ادراک، تمیز و ارادہ اور دوسری ذہنی قوتیں کارفرما ہوتی ہیں جن کے بغیر انسان کی قوت ناطقہ کام نہیں کر سکتی۔ یہ امتیازی وصف جب اللہ تعالیٰ نے انسان کو عطا فرمایا ہے تو اس کے سکھلانے کے لیے وہ اہتمام لازم ہے جو اپنے رب کے اس نمائندہ کے شایان شان ہوں۔ بچے کے بولنے میں زیادہ تر مسائل محض عدم توجہی کے باعث ہوتے ہیں۔ بچے کے ساتھ گفتگو میں اظہار محبت کا ایک طریقہ یہ خیال کیا جاتا ہے کہ تتلا کر بات کی جائے۔ بچہ اگر شروع میں تتلا کر بولتا ہے تو محض اس لیے کہ اس کے چہرے اور گلے

کے پٹھے ابھی حالت ضعف میں ہیں۔ قوت اور تجربہ کے حصول کے ساتھ بچہ الفاظ کی صحیح ادائیگی پر جلد ہی قدرت حاصل کر لیتا ہے۔ بچے کے ساتھ گفتگو میں درج ذیل امور کا خیال رکھنا ضروری ہے:

- ○ صاف اور واضح بات کریں۔
- ○ الفاظ کی ادائیگی درست تلفظ کے ساتھ ہو۔
- ○ چھوٹے چھوٹے الفاظ اور فقرے آہستہ آہستہ بولیں تاکہ بچہ اچھی طرح سمجھ لے۔
- ○ جو الفاظ آپ بچے کی زبان سے نہیں سننا چاہتے کیونکہ وہ معیار یا تہذیب سے ہٹے ہوتے ہیں وہ الفاظ بچہ کے سامنے نہ بولنے دیجئے۔
- ○ غلط تلفظ یا لفظ کی ادائیگی پر بچے کی فوراً اصلاح کیجئے لیکن تتلا کر بولنے یا لفظ کی درست ادائیگی نہ کرسکنے پر بچے کو ڈانٹ ڈپٹ نہ کیجئے۔
- ○ بچے کے بولے جانے والے "توتلے" الفاظ کو خود نہ دہرایئے نہ دوسروں کو بتایئے ممکن ہے بچہ اسے اپنا "شرف" سمجھ بیٹھے اور پھر اس سٹائل کو توجہ حاصل کرنے کا اچھا ذریعہ خیال کرنے لگے۔
- ○ بچہ اگر ڈیڑھ دو سال تک بولنا شروع نہیں کرتا لیکن دیگر امور میں ٹھیک ٹھاک فعال ہے تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں' ایک مرتبہ مکمل میڈیکل چیک اپ کروا کے اپنی تسلی کر لیجئے ورنہ بچوں کی ایک اچھی خاصی تعداد دو سال کے بعد بولنا شروع کرتی ہے۔

۴۔ شخصیت کے چند دیگر مسائل

- ○ دو تین سال کی عمر تک بچے بالعموم جھوٹ' چوری اور دھوکہ دہی جیسی علاوات سے آگاہ نہیں ہوتے لیکن جوں جوں وقت گزرتا ہے ان کا تجربہ زیادہ ہوتا ہے اپنے ارد

گرد اگر وہ دیکھیں کہ جھوٹ اور دھوکہ سے فائدہ حاصل کیا جا سکتا ہے تو پھر آہستہ آہستہ وہ بھی اسے اپنی عادت کا حصہ بنا لیتے ہیں۔ ایسا بالعموم اسی وقت ہوتا ہے جب گھر میں چلن ایسا ہی ہو بڑے بھی جھوٹ بولنے میں عار نہ خیال کرتے ہوں یا پھر سچ بولنے پر ڈانٹ ڈپٹ کا اندیشہ ہو۔ بچوں میں ایسی کسی بات کے سامنے آنے پر اسے ڈانٹ ڈپٹ کرنے سے پہلے والدین کو اپنے طرز عمل کا جائزہ لینے کی ضرورت ہے۔

○ انسان فطرتاً ابتدا ہی سے توجہ حاصل کرنے کا خواہاں ہے۔ بچہ محسوس کرے کہ بڑے اس کی نسبت کسی دوسرے بچے کی طرف زیادہ متوجہ ہیں تو اس کا جذبہ حسد و رقابت بیدار ہو جاتا ہے۔ بزرگوں کے طرز عمل میں بچوں کے لیے مساوات نہ ظاہر ہو تو یہ جذبات قوی ہو کر شخصیت کا مستقل حصہ بن جاتے ہیں۔ توجہ حاصل کرنے کے لیے بچے کئی قسم کی حرکتیں کرنے لگتے ہیں مثلاً بات کو بڑھا چڑھا کر پیش کرنا، شیخی بگھارنا، دوسروں پر تنقید اور نازیبا تبصرے کرنا، ان کے نام دھرنا وغیرہ۔ اگر والدین کا طرز عمل تحمل اور مساوات پر مبنی ہو، بچہ اولین ترجیح خیال کیا جائے تو ان میں سے بہت سے مسائل پیدا ہی نہ ہوں یا ابتدا ہی میں دم توڑ دیں۔

۵۔ بچوں کی جسمانی بیماری

شیرخوار بچوں میں بیماریوں کے خلاف فعال قوت مدافعت بتدریج پیدا ہوتی ہے۔ پہلے چند ماہ تک تو بیماریوں سے مقابلہ کے لیے انہیں اپنی ماں کے خون اور دودھ سے حاصل ہونے والی اینٹی باڈیز پر ہی انحصار کرنا پڑتا ہے۔ کسی وجہ سے یہ ذریعہ کمزور ہو یا ماحول میں بیماری پیدا کرنے والے عوامل زیادہ طاقتور ہوں تو بچے بیماری کا جلد شکار ہو سکتے ہیں۔ بچوں کی صحت کے لحاظ سے زندگی کا پہلا سال سب سے اہم ہے جب اسہال اور کھانسی زکام جیسی بیماریاں جان لیوا ثابت ہو سکتی ہیں۔ شیرخوارگی (زندگی کے پہلے سال) میں ۳۰۔۴۰ فیصد بچے اسہال کے باعث اور تقریباً اتنی ہی تعداد میں تنفس کی

بیماریوں کے باعث لقمہ اجل بن جاتے ہیں۔

زندگی کے اس دور میں بیماری کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں لیکن اکثر مائیں بچوں کی صحت کے بارے میں فکرمند بھی بہت ہوتی ہیں۔ معمولی باتوں پر بہت زیادہ پریشانی کا اظہار بھی ٹھیک نہیں۔ ایک مرتبہ بچوں کی صحت کے بارے میں سروے میں دیکھا گیا کہ ۹۰ فیصد سے زائد ماؤں کے خیال میں ان کے بچے بہت کمزور تھے اور ان کی صحت مثالی نہیں تھی۔ حالانکہ ان میں سے بمشکل ۵ فیصد واقعی کسی بیماری میں مبتلا تھے باقی جسمانی لحاظ سے بالکل تندرست تھے۔

ماؤں کی یہ فکرمندی بھی کچھ ایسی مفید بات نہیں کیونکہ یہ فکرمندی انہیں مجبور کرتی ہے کہ وہ بچوں کو تندرست و توانا اور صحت مند بنانے کے لیے مختلف اطباء کے پاس لے کر جائیں اور انہیں مختلف ادویات دیں۔ بچوں کے لیے یہ فکرمندی کچھ اطباء کے لیے ذریعہ آمدن تو ہو سکتی ہے لیکن بے چارے ننھے منے بچے غیرضروری ادویات لینے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔

اس کا یہ مطلب نہیں کہ بچہ سچ مچ بیمار بھی ہو تو اس کی بیماری کو نظرانداز کیا جائے۔ عمدہ طرز عمل یہ ہے کہ زندگی کے پہلے سال کے دوران مہینہ میں ایک مرتبہ بچے کا مکمل طبی معائنہ ضرور کروایا جائے۔ یہ طبی معائنہ کسی بھی مرکز صحت پر کروایا جا سکتا ہے۔ پہلے سال کے بعد پانچ سال کی عمر تک ہر تین ماہ بعد یہ طبی معائنہ کروایا جا سکتا ہے۔ معمول کے اس طبی معائنہ میں بچے کے وزن اور قد کی پیمائش کی جاتی ہے' سر کا محیط ناپا جاتا ہے اور جائزہ لیا جاتا ہے کہ اس کی نشوونما معمول کے مطابق ہو رہی ہے۔ بچے کا یہ طبی معائنہ اس لحاظ سے اہم ہے کہ یہ بچے کی صحت کے بارے میں غلط فہمیوں اور غیر ضروری تفکرات سے نجات دلا سکتا ہے کیونکہ صحت کو درپیش واقعی مسائل فوری طور پر گرفت میں آ جاتے ہیں۔

بیماری کن بچوں میں زیادہ ہوتی ہے؟

- پہلے بچے عام طور پر کم بیمار ہوتے ہیں۔
- دوران حمل ماں کی مناسب دیکھ بھال اور غذا کا خیال بچے کو صحت مند بناتا ہے۔ پیدائش کے وقت صحت مند بچہ کم بیمار ہو گا۔
- پریشان اور فکرمند ماؤں کے بچے زیادہ بیمار ہوتے ہیں۔
- ماں کی گود سے محروم بچے زیادہ بیمار ہوتے ہیں۔
- جن بچوں کو ماں کا دودھ نہ مل سکے یا بہت جلد بوتل کا دودھ شروع کروا دیا جائے وہ زیادہ بیمار ہوتے ہیں۔
- غیرمتوازن خوراک قوت مدافعت کو کم کرتی ہے جس سے بیماری کا اندیشہ زیادہ ہوتا ہے۔
- صاف پانی میسر نہ ہو یا بہت کم مقدار میں ملتا ہو تو صفائی اور پاکیزگی کے عمدہ معیار برقرار رکھنا مشکل ہو جاتا ہے۔
- حفظان صحت کے اصولوں کا خیال نہ رکھا جائے تو بچے زیادہ بیمار ہوتے ہیں۔
- دو سال سے بڑے بچہ کو بہانے بنانا آ جاتے ہیں۔ توجہ حاصل کرنے، سزا یا کام سے بچنے کے لیے طبیعت کی خرابی کا بہانہ اکثر بچے بنا لیتے ہیں تاہم بعض اوقات کسی بات کا خوف بچے کا پیٹ سچ مچ خراب کرنے کے لیے کافی ہوتا ہے۔
- گھر کے ماحول میں کسی طرح کا تناؤ بچے کو بیمار کر سکتا ہے۔
- خاندان میں ایک دو بچوں کی نسبت زیادہ بچے ہوں تو وہ خوش رہتے ہیں، بااعتماد ہوتے ہیں، تنہائی کا شکار نہیں ہوتے اور ان میں نفسیاتی مسائل نہ ہونے کے برابر ہوتے ہیں۔

جاپان کے محکمہ صحت کی جانب سے کچھ عرصہ قبل لوگوں کو مشورہ دیا گیا کہ وہ

خاندان میں تین سے پانچ بچوں تک بچے پیدا کرنے کی کوشش کریں کیونکہ تین سے کم بچوں میں ذہنی اور جسمانی صحت کے مسائل زیادہ ہوتے ہیں وہ زندگی کے دباؤ کو برداشت کرنے کی اہلیت کم رکھتے ہیں اور ان میں جذبہ مسابقت نہ ہونے کے برابر ہوتا ہے۔

شخصیت پر جسمانی بیماری کے اثرات

بیمار بچے زیادہ توجہ چاہتے ہیں۔ بیماری میں بچہ نازک مزاج ہو جاتا ہے۔ چڑچڑاپن پیدا ہو جاتا ہے۔ ذرا سی عدم توجہی برداشت نہیں ہوتی۔ طبیعت میں جارحانہ پن پیدا ہو جاتا ہے' نقاہت' کمزوری اور تھکان غالب رہنے کے باعث کوئی کام کرنے کو جی نہیں چاہتا۔ یوں نہ صرف جسمانی نشوونما متاثر ہوتی ہے بلکہ تعلیم و تربیت کا معاملہ بھی تعطل کا شکار ہو جاتا ہے اور بچے سکول میں پیچھے رہ جاتے ہیں۔ یوں جو احساس محرومی پیدا ہوتا ہے اس کے اثرات بڑے دور رس ہوتے ہیں۔

صحت برقرار رکھنے کی چند اہم تدابیر

مطمئن اور صاف ماحول ذہنی اور جسمانی صحت برقرار رکھنے کے لیے بڑے اہم ہیں۔ اس مقصد کے لیے درج ذیل امور کا خیال رکھا جانا چاہیے۔

- بچوں میں مثبت رویے اور سوالات کی حوصلہ افزائی کی جائے۔ بچے میں تجسس کا مادہ بہت زیادہ ہوتا ہے جو اس کے سیکھنے' اعتماد حاصل کرنے اور آگے بڑھنے کے لئے ضروری ہے۔
- بچوں کا مذاق نہ اڑایا جائے۔ وہ خوف جو محتاط رویہ سکھاتا ہے اس پر مذاق اڑانے اور برا بھلا کہنے کی ضرورت نہیں۔
- بچے کے طرز عمل پر چوکنا رہیے اور مختلف معاملات میں نرمی سے رہنمائی

کیجئے۔ بچہ اگر غصہ میں آتا ہے تو نرمی سے اس کے غصہ کو مثبت رخ دیا جا سکتا ہے۔

○ حسد سے بچانے کے لیے بچوں میں مساوات کا طرزِ عمل اختیار کیا جائے۔ مختلف معاملات میں انہیں پوری توجہ دی جائے' فیصلوں میں شریک کیا جائے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم اولاد کا اکرام کرنے کی ترغیب دیتے تھے۔

○ بچے کے ماحول پر نظر رکھیں اس کی ضروریات کا خیال رکھیں' ناخوشگوار معاملات کو جلد نبٹایا جائے۔ اس کی شکایت کو نظرانداز نہ کریں البتہ اس کی توجہ دوسری جانب مبذول کرواتے ہوئے اسے تعمیری کام میں لگانے کی کوشش کریں۔

○ بچے کو کھیل کود اور تفریح کے مواقع فراہم کئے جائیں۔

○ بچوں کو اپنے ہم عمر بچوں کے ساتھ کھیلنے اور گروپ بنانے کی حوصلہ افزائی کریں۔

○ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے

"بچوں سے محبت کرو' ان سے شفقت سے پیش آؤ۔ اگر ان سے وعدہ کرو تو اپنا وعدہ پورا کرو۔"

صاف ماحول صحت مند زندگی کے لیے ضروری ہے۔ صفائی اور پاکیزگی کو یقینی بنانے کے لیے درج ذیل امور کا لحاظ رکھنا لازم ہے:

○ جسم' لباس' استعمال کے برتن' گھر اور باقی ماحول صاف ہو۔

○ دودھ اور اشیاء خوردنی مکھیوں اور گردوغبار سے محفوظ ہوں۔

○ پالتو جانور رہائشی جگہ سے دور ہوں۔

○ نالیاں کھلی نہ ہوں۔

○ کوڑے کرکٹ کے ڈھیر نہ ہوں۔

○ مچھروں کی افزائش کے مقامات کا سدباب کیا جائے۔

○ بچوں کو ہاتھ دھو کر کھانے کی عادت ڈالیں۔

○ کھانے کے بعد دانت ضرور صاف کریں۔

○ بچے کو تازہ تیار کیا ہوا کھانا کھلائیں۔ بچا ہوا کھانا کھلانا ہی پڑے تو اسے اچھی طرح گرم کر لیں۔

○ بچے کو جوتا پہن کر چلنے کی عادت ڈالیے۔ ننگے پاؤں چلنے سے اندیشہ ہے پیٹ کے کیڑوں کے لاروا جلد کے ذریعہ جسم میں داخلہ کا راستہ پالیں اور پھر ایک مستقل روگ لگ جائے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم جوتا پہن کر چلنے کی ترغیب دیتے ہوئے جوتا پہننے والوں کو سوار سے تشبیہ دیتے۔

بچوں میں چند اہم بیماریاں

اسہال

ہمارے ملک میں اسہال غالبا" بچوں میں سب سے زیادہ پائی جانے والی بیماری ہے۔ اسہال بذات خود کوئی بیماری نہیں بلکہ کسی دوسرے مسئلہ یا بیماری کی محض علامت ہے۔ پانچ سال سے کم عمر کے بچوں میں ہر سال کوئی ۱۳ بلین مرتبہ اسہال کا حملہ ہوتا ہے۔ صرف پاکستان میں یہ تعداد کوئی ۱۳ ملین ہے۔ پاکستان میں ایک سال کے دوران لگ بھگ ایک لاکھ بچے محض اسہال کے باعث موت کے منہ میں چلے جاتے ہیں حالانکہ ان میں سے دو تہائی تعداد کو صرف مشروبات مثلاً سکنجین یا نمکول جیسے آسان علاج سے بچایا جا سکتا ہے۔ اسہال کے پے درپے حملے بچوں کو غذائی کمی کا شکار کر دیتے ہیں جس سے ان کی نشوونما بری طرح متاثر ہوتی ہے کیونکہ اسہال کے باعث غذائی اجزاء اچھی طرح ہضم نہیں ہوتے اور ان کا آنتوں کے ذریعے انجذاب بھی متاثر ہوتا ہے۔ بیماری کی کیفیت کے باعث ایک تو بچے کو بھوک کم لگتی ہے پھر بعض

توہمات یا غلط فہمیوں کے باعث بیماری کے دوران بچے کی خوراک میں کمی کر دی جاتی ہے اکثر مائیں یہ خیال کر کے کہ فلاں غذا دینا مضر ہے یا بچہ جتنا کھائے اور پیئے گا اتنے ہی پاخانے آئیں گے بچے کو غذا کی فراہمی روک دیتی ہیں۔ اس طرز عمل سے بچے کی غذائی ضروریات مزید تعطل کا شکار ہو جاتی ہیں۔

یہاں یہ واضح کرنا ضروری معلوم ہوتا ہے کہ ابتدائی پانچ چھ ماہ کی عمر تک اکثر بچے ہر مرتبہ دودھ پینے کے بعد تھوڑی مقدار میں رفع حاجت کر دیتے ہیں۔ بار بار تھوڑی مقدار کی رفع حاجت (small frequent stools) کو اسہال نہیں کہتے۔ اس میں پریشان ہونے کی کوئی ضرورت نہیں۔ ایسی حالت میں بچے کی فعالیت اور نشوونما بالکل متاثر نہیں ہوتی۔

تاہم اگر پاخانے زیادہ پتلے ہوں اور چوبیس گھنٹوں کے دوران تین سے زیادہ مرتبہ ہوں تو فوری توجہ کی ضرورت ہے۔ اسہال کسی بھی سبب سے ہوں ان میں اصل مسئلہ یہ ہے کہ جسم پانی اور نمکیات کی کمی کا شکار ہو جاتا ہے اس لیے سب سے ضروری بات یہ ہے کہ اس دوران زیادہ سے زیادہ مشروبات دیئے جائیں۔ نمکول کی خصوصیت یہ ہے کہ اس میں گلوکوز جس تناسب سے شامل ہے وہ محلول کی صورت میں آنتوں سے جذب ہونے کے لیے بڑی مناسب ہے۔ اگر تیار شدہ نمکول دستیاب نہ ہو تو اس سے ملتا جلتا مشروب بڑی آسانی سے گھر میں تیار کیا جا سکتا ہے۔ سکنجبین ایک عمدہ نمکول ہے۔ چاولوں کی پیچ اور قہوہ بھی بہت مفید ہیں۔

گھر میں تیار کردہ نمکول

پانی	ایک گلاس (۲۰۰ ملی لیٹر)
گلوکوز/چینی	ایک چائے کا چمچ

خوردنی نمک　　　　دو چٹکی

لیموں　　　　آدھا

لیموں کی جگہ کسی دوسرے پھل کا جوس بھی شامل کیا جا سکتا ہے۔ یہ خیال درست نہیں کہ پانی' مشروبات اور دیگر خوراک دینے سے پاخانے زیادہ ہوں گے۔ صحیح طرز عمل یہ ہے کہ اس دوران بچے کو معمول کی خوراک اور دودھ وغیرہ جاری رکھیں البتہ اگر دودھ میں ایک آدھ چمچ دہی ملا کر دیا جائے تو اس کا ہضم کرنا سہل ہو جاتا ہے۔ اسہال کے دوران مونگ کی دال کی کھچڑی اور ساگودانہ وغیرہ جیسے روایتی کھانے مفید رہتے ہیں۔

تنفس کی بیماریاں

بچوں کی اموات کی دوسری بڑی وجہ تنفس کی بیماریاں (respiratory tract infections) ہیں۔ عام نزلہ' زکام بگڑ کر نمونیا ہو سکتا ہے۔ نمونیا میں پھیپھڑوں پر جراثیم کے حملے کے باعث عمل تنفس میں رکاوٹ پیدا ہونے لگتی ہے۔ سانس تیز اور دقت سے آنے لگتا ہے۔ بروقت درست علاج نہ ہونے کی صورت میں یہ صورتحال جان لیوا ہو سکتی ہے۔ خسرہ اور کالی کھانسی میں بھی نمونیا کے امکانات کافی زیادہ ہوتے ہیں۔

اس صورتحال کے تدارک کے لیے درج ذیل اقدام ضروری ہیں:

○ کالی کھانسی' خسرہ اور دیگر متعدی امراض کے خلاف بروقت حفاظتی ٹیکے لگوائے جائیں۔

○ ماحول کے درجہ حرارت میں اچانک تبدیلیاں قوت مدافعت کو متاثر کرتی ہیں۔ بچے خاص طور سے اس معاملہ میں زیادہ حساس ہوتے ہیں۔ ان کے نازک ننھے منے جسم ان تبدیلیوں کے ساتھ مطابقت پیدا نہ کر پائیں تو مختلف جراثیم کے حملے کا موثر

مقابلہ نہیں کر سکتے۔ بچوں کو اچانک تبدیلیوں سے محفوظ رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ موسم کے لحاظ سے ان کا لباس مناسب اور محفوظ ہو۔

○ ہجوم میں ایک دوسرے سے جراثیم کے تبادلے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ بچوں کو حتی الامکان سفر اور ہجوم سے محفوظ رکھیں۔

بخار

بخار بچوں کی سب سے عام بیماری ہے۔ بخار محض ایک علامت ہے جس کی وجوہات مختلف ہوتی ہیں۔ مثلاً نزلہ' اسہال' ملیریا' تھکان وغیرہ۔ ابتدائی پانچ چھ ماہ تک ماحول کے درجہ حرارت سے مطابقت پیدا نہ ہونے کے باعث بچے کا جسمانی درجہ حرارت ماحول کے مطابق زیادہ یا کم ہو سکتا ہے۔ چھوٹے بچے جسم کے درجہ حرارت میں کمی بیشی سے عہدہ برآ ہونے میں دقت محسوس کرتے ہیں چنانچہ درجہ حرارت کی معمولی زیادتی سے بھی بعض اوقات دورے (convulsions) شروع ہو جاتے ہیں۔

بچے کو بخار ہو تو اسے زیادہ کپڑوں میں نہ لپیٹیے اس سے اس کا درجہ حرارت مزید تیز ہو سکتا ہے۔

بچے کو زیادہ سے زیادہ پانی اور دیگر مشروبات اور جوس وغیرہ دیجئے۔ مشروبات اس کی جسمانی حدت کو کم کرنے میں معاون ہو سکتے ہیں۔

بچے کو اسپرین یا درجہ حرارت کم کرنے والی کوئی دوسری دوا بھی دی جا سکتی ہے۔

بیماری کی حالت میں طبیب سے کب رجوع کیا جائے؟

○ بچہ کھانا نہیں کھا رہا

○ بار بار قے کرتا ہے

○ اسہال بہت زیادہ ہیں (چوبیس گھنٹہ میں آٹھ دس) یا تین دن سے زیادہ جاری ہیں۔

○ بچہ کی زبان خشک ہے پانی کی کمی شدید ہے

○ بچہ بہت نقاہت محسوس کرتا ہے۔ ماحول میں بالکل دلچسپی نہیں لے رہا

○ درجہ حرارت مسلسل زیادہ ہے

○ وزن کم ہو رہا ہے یا اس میں معمول کے مطابق اضافہ نہیں ہو رہا

○ اسے کسی قسم کے دورے (convulsions) پڑنے لگیں

○ مسلسل ہلکا بخار۔ خاص طور پر ہر روز شام کو درجہ حرارت زیادہ ہو جائے۔

ان مسائل میں بچے کا اچھی طرح طبی معائنہ کروا لینا چاہیے تاکہ صحت کے کسی بھی مسئلہ کو ابتدا ہی میں ٹھیک کیا جا سکے۔

پیٹ کے کیڑے

پیٹ کے کیڑوں کی موجودگی بچوں ہی نہیں بڑوں کا بھی ایک عام مسئلہ ہے۔ اس صورتحال میں آنتوں میں موجود کیڑے غذا میں سے اپنا حصہ لینے کے باعث متعلقہ فرد کو ضروری اجزاء سے محروم رکھتے ہیں جس کے باعث وہ مستقل طور پر غذا کی کمی کا شکار ہو جاتا ہے۔ کچھ کیڑے تو آنتوں کی سطح سے چپک کر خون بھی چوستے ہیں جس سے فرد خون کی کمی کا شکار ہو جاتا ہے۔ بعض اوقات کیڑوں کے کچھ ایسے اجزاء خون میں شامل ہو جاتے ہیں جس سے کئی قسم کی الرجی پیدا ہو جاتی ہے۔ کیڑوں کے باعث مقعد کے اردگرد خارش اور بے آرامی بچوں میں عام طور پر دیکھنے میں آتی ہے۔ ان کیڑوں سے بچاؤ کے لیے درج ذیل حفاظتی اقدام مددگار ہو سکتے ہیں:

○ ہاتھوں کے ناخن تراش کر رکھیں۔

○ جسمانی صفائی کا اہتمام کیا جائے۔

- کچھ بھی کھائیں کھانے سے پہلے ہاتھ ضرور دھو لیں۔
- ننگے پاؤں نہ چلیں۔
- رفع حاجت کے بعد بچوں کو طہارت کی عادت ضرور ڈالیں۔
- رفع حاجت کے بعد ہاتھ دھونے کی عادت پختہ ہو بچے کو طہارت کرانے کے بعد اپنے ہاتھ خوب اچھی طرح دھو لیں۔
- کھانے پینے کی چیزیں صاف ستھری ہوں۔ خاص طور پر سبزیاں اور پھل خوب دھو کر استعمال کریں بلکہ ان کو دھونے کے بعد اچھی طرح پکائیں۔ نیم پختہ چیزیں نہ کھائیں۔
- گھروں میں پالتو جانور نہ رکھیں۔ بلی' کتے اور دیگر جانوروں کے ساتھ اختلاط سے اس طرح کے مسائل زیادہ ہو سکتے ہیں۔

بچوں کی نگرانی رکھیں۔ اگر ان میں مٹی کھانے کی عادت پیدا ہو رہی ہو تو بچے کو اس سے محفوظ رکھیں۔

صحت و صفائی

طہارت و پاکیزگی کی جتنی تلقین اسلام نے کی ہے اتنی کسی دوسرے دین یا تہذیب نے نہیں کی۔ اسلام کے اولین احکام میں پاکیزگی اور طہارت کے احکام شامل ہیں۔ ارشاد ربانی ہے:

"اے کمبل اوڑھ کر لیٹنے والے! اٹھو اور خبردار کرو اور اپنے رب کی بڑائی کا اعلان کرو اور اپنے کپڑے پاک رکھو اور گندگی سے دور رہو۔" (المدثر ۱۔۵)

اسلام میں طہارت و پاکیزگی محض نماز' تلاوت قرآن اور طواف کعبہ جیسی عبادت ہی کے لئے لازم نہیں بلکہ بجائے خود بھی مطلوب ہے۔ چنانچہ قرآن پاک نے ہمیں آگاہ فرمایا:

"بے شک اللہ تعالیٰ توبہ کرنے والوں سے محبت کرتا ہے اور پاک صاف رہنے والوں کو محبوب رکھتا ہے۔" (البقرہ۔۲۲۲)

نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی پوری حیات طیبہ پاکیزگی کا عملی نمونہ ہے۔ آپؐ نے امت کو بار بار صفائی اور پاکیزگی کی تعلیم فرمائی حتیٰ کہ فرمایا:

الطھور شطر الایمان

"طہارت جزو ایمان ہے۔"

ایک اور مقام پر طہارت کو نصف ایمان قرار دیا گیا۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم بدن' ناک' منہ اور دانتوں کی صفائی کا خصوصی اہتمام فرماتے۔ آپؐ دیواروں پر یا راستے

میں ادھر ادھر تھوکنے کو ناپسند فرماتے۔ مسجد میں پسینے کی بدبو والے لباس میں لوگوں کا آنا آپؐ کو ناگوار ہوتا۔ آپؐ کے اہل بیت بھی اس معاملہ میں اس حد تک خیال رکھتے کہ آپ کی صاحبزادی بچوں کو نہلا دھلا کر، صاف کپڑے پہنا کر خوشبو لگا کر خدمت اقدس میں بھیجتیں۔

حضرت ابوہریرہؓ سے مروی ہے ایک مرتبہ وہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے ہمراہ حضرت فاطمہؓ کے گھر تشریف لے گئے تو حضورؐ نے آواز دی:

"کیا یہاں کوئی چھوٹا بچہ ہے؟ کیا یہاں کوئی چھوٹا بچہ ہے؟" آپؐ حضرت حسنؓ کو بلا رہے تھے۔ ان کی والدہ محترمہ نے انہیں نہلانے اور خوشبودار ہار پہنانے کے لیے روکے رکھا۔ پھر تھوڑی دیر کے بعد وہ دوڑتے ہوئے آئے یہاں تک کہ دونوں (حضورؐ اور حضرت حسنؓ) ایک دوسرے سے گلے ملے۔ (مسلم)

کوئی چیز جس قدر نازک ہوتی ہے اس کی صفائی اور حفاظت کا اسی قدر اہتمام کیا جاتا ہے۔ پھول سے بچوں کی نازک جلد کی حفاظت کے لیے خصوصی توجہ اور اہتمام کی ضرورت ہے۔

اس معاملہ میں بازار کی مہنگی کریم، شیمپو وغیرہ کی ضرورت نہیں گھر میں دستیاب اشیاء کو باآسانی جلد کی حفاظت کے لیے استعمال کیا جا سکتا ہے۔

مالش

مالش کرنا بچوں کو آسودگی بخشتا ہے۔ مالش سے جلد میں خون کی گردش تیز ہوتی ہے جس سے جلد پر خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں مالش کے لیے گھر میں موجود کوئی سا تیل، گھی یا دودھ کی بالائی استعمال کیے جا سکتے ہیں۔ غسل سے پہلے بچے کے پورے جسم پر مالش کرنے کے بعد کچھ دیر کے لیے لپیٹ کر رکھیں۔

غسل

پاکیزگی اور نظافت ایمان کی طرف لے جاتی ہے اور ایمان جنت کی طرف۔ پاک صاف رہنے کے لیے غسل سے بڑھ کر کوئی چیز نہیں۔

چھوٹے بچوں کو ہر روز غسل کروانے میں کوئی حرج نہیں بلکہ ایسا کرنے سے جسم کی نشوونما بہتر ہوتی ہے۔ غسل بچوں کی مخصوص مہک کو خوشگوار رکھنے میں نہایت اہم ہے۔ صاف ستھرے بچے کو گود میں لینے اور پیار کرنے کو بے اختیار جی چاہتا ہے۔ بچپن سے صفائی کی عادت ان کی آئندہ زندگی پر بھی مثبت نتائج مرتب کرتی ہے۔

غسل کو بچے کے لیے بھی خوشگوار عمل بنانے کے لیے ضروری ہے کہ پانی کا درجہ حرارت موسم کے مطابق مناسب ہو۔ نہلانے کے لیے ایسی جگہ منتخب کی جانی چاہیے جہاں باہر سے ہوا نہ لگے اور بچہ گرمی سردی سے متاثر نہ ہو۔

اسلام میں پسندیدہ بات یہ سمجھی گئی ہے کہ غسل سے پہلے وضو کیا جائے۔ غسل سے پہلے وضو سے نہ صرف سنت نبویؐ پر عمل کا اجر ملتا ہے بلکہ سائنسی لحاظ سے بھی یہ بات نہایت اہم ہے کہ جسم کو ایک دم (ماحول سے کم یا زیادہ) نئے درجہ حرارت میں نہ رکھ دیا جائے بلکہ رفتہ رفتہ اس کا عادی بنانا چاہیے غسل سے پہلے وضو کے اعضاء دھونے سے جسم کے نسبتاً کم حساس حصے پانی کے درجہ حرارت سے مانوس ہو جاتے ہیں اور یوں پورا جسم اس درجہ حرارت کو برداشت کرنے کے لیے تیار ہو جاتا ہے۔

بچوں کو نہلاتے وقت اس بات کا خیال رکھا جانا چاہیے کہ ایک دم ان پر پانی ڈالنے کے بجائے پہلے ان کے ہاتھ دھلوائے جائیں بلکہ زیادہ مناسب یہ ہے کہ انھیں پانی میں کچھ دیر بیٹھ کر کھیلنے دیا جائے تین چار ماہ کی عمر سے ہی بچے پانی سے کھیل کر بہت خوش ہوتے ہیں۔

پانی میں ہاتھ مار مار کر چھینٹے اڑانا بچوں کا محبوب مشغلہ ہے۔ ان کی اس فطرت

سے فائدہ اٹھاتے ہوئے غسل ان کے لیے ایک خوشگوار کام بنایا جا سکتا ہے۔ تاہم یہ ضروری ہے کہ بچے کو پانی کے ٹب کے پاس ایک لمحہ کے لیے بھی اکیلا نہ چھوڑا جائے۔ اور نہ ہی انہیں غسل خانے کے چکنے فرش پر بھاگنے دیا جائے کہ پھسل کر گر جائیں۔

منہ پر صابن لگانا بچوں کو بہت ناگوار ہوتا ہے۔ بہت چھوٹے بچوں کو نہلانے کے بعد اپنے بازو پر الٹا لٹا کر منہ پر صابن لگا کر فوراً دھو دینے سے آنکھوں اور منہ کے اندر صابن والا پانی جانے کے امکانات کم ہو جاتے ہیں ایک سال سے بڑے بچے چند لمحوں کے لیے آنکھیں بند رکھ سکتے ہیں تاہم چہرے پر صابن لگا کر فوراً دھو دینا چاہیے تاکہ آنکھوں میں صابن جانے کا امکان کم سے کم ہو۔

طہارت

رفع حاجت سے فراغت کے بعد طہارت کو اسلام نے لازم قرار دیا ہے۔ بچوں کو ابتدا ہی سے اس کا عادی بنانا چاہیے۔ بچہ جب بھی پیشاب یا پاخانہ کرے۔ کوشش کیجئے کہ اسے استنجا کروا دیا جائے اسی طرح پیشاب سے گیلے ہونے والے کپڑے فوراً تبدیل کر دینے چاہئیں پیشاب یا پاخانہ میں ایسے تیزابی مادے پائے جاتے ہیں جس سے بچے کی نازک جلد بڑی جلدی متاثر ہو جاتی ہے۔ چنانچہ گیلے کپڑوں کو بدلنے میں دیر کرنے یا استنجا نہ کروانے کی صورت میں جلد اکثر متورم رہتی ہے یا اس پر دانے نکل آتے ہیں جو بچوں کا ایک اہم مسئلہ ہے nappy rash اور اس کی زیادہ تر وجہ طہارت کے معاملہ میں تساہل برتنا ہے۔ اسی طرح بچوں کو "پیک" کر کے رکھنا تاکہ ان کے پیشاب وغیرہ سے بستر' قالین وغیرہ خراب نہ ہوں کوئی زیادہ اچھی بات نہیں تاہم سفر یا کسی دوسری مجبوری کے باعث تھوڑی دیر کے لیے ایسا کیا جائے تو کوشش کی جانی چاہیے کہ گیلی نیپی فوراً بدل دی جائے۔ تاکہ جلد پر اس کے ناخوشگوار اثرات پیدا نہ

ہوں۔ دن میں ایک آدھ مرتبہ طہارت کے بعد سرسوں کا تیل لگا دینے سے بھی جلد محفوظ رہتی ہے۔

ناخن تراشنا

نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے جمعہ کو پاکیزگی حاصل کرنے کا دن قرار دیا ہے۔ بچے کی نشوونما کی رفتار کو دیکھتے ہوئے بھی یہ کہا جا سکتا ہے کہ ہر جمعہ کو ناخن تراشنے کا اہتمام کیا جائے تو بچے کے ناخن اتنے زیادہ نہیں بڑھتے کہ ان میں میل وغیرہ جمع ہو سکے۔

بڑھے ہوئے ناخنوں میں میل کا جمع ہونا بڑی خطرناک بات ہے۔ اس میل میں کئی قسم کے جراثیم کی پرورش بڑی تیزی سے ہوتی ہے۔ یہ پیٹ کے کیڑوں کے انڈوں یا لاروں کے لیے بھی بڑی محفوظ جگہ ثابت ہوتی ہے۔ چنانچہ بڑھے ہوئے ناخن اکثر پیٹ کے کیڑوں اور دوسری بیماریوں کا باعث ہوتے ہیں۔ بڑھے ہوئے ناخنوں کو صاف کرنے سے آسان تر بات یہ ہے کہ انہیں کاٹ کر ہموار رکھا جائے۔ بڑھے ہوئے ناخن بعض اوقات نازک جلد یا آنکھوں میں خراش بھی ڈال دیتے ہیں۔

بچوں کے ناخن تراشنا ایک اہم اور مشکل کام ہے۔ اس کے لیے مہارت اور بچے کو سنبھالنے کا گر آنا ضروری ہے۔ چھوٹے بچوں کے ناخن تراشنے کا بہترین وقت وہ ہے جب ماں اسے گود میں لئے دودھ پلا رہی ہو جاگتے بچوں کے ناخن کاٹنا نہایت کٹھن کام ہے۔ بچہ مستقل ہلتا جلتا رہتا ہے جس سے اس کے ناخن ٹھیک سے نہیں کاٹے جا سکتے۔ دودھ پیتے ہوئے بچے کی پوری توجہ دودھ پینے کی طرف ہوتی ہے۔ اس دوران ناخن احتیاط سے کاٹے جائیں کہ بچے کو کسی طرح کی تکلیف نہ ہو تو یہ مرحلہ بڑی آسانی سے طے ہو سکتا ہے۔ سوتے ہوئے بچے کے ناخن کاٹے جائیں تب بھی ٹھیک ہے۔

جس طرح غسل میں مسنون یہ ہے کہ پہلے داہنی جانب والے اعضاء دھوئے جائیں اسی طرح ناخن تراشنے میں بھی مسنون طریقہ یہی ہے کہ پہلے دائیں ہاتھ کی چھوٹی انگلی کی طرف سے ناخن تراشے جائیں اور بعد میں بائیں ہاتھ کے انگوٹھے کی طرف سے اسی طرح پاؤں کے معاملہ میں ترتیب یاد رکھنے کے لیے آسان تر بات یہ ہے کہ وضو کے دوران پاؤں کی انگلیوں کے خلال کی ترتیب یاد رکھی جائے داہنی جانب چھوٹی انگلی سے شروع کرتے ہوئے انگوٹھے کی جانب اور بائیں جانب انگوٹھے سے شروع کر کے چھوٹی انگلی تک۔

ہاتھوں کی صفائی

اللہ رب العزت کو پاکیزگی اور نظافت سے جتنی محبت ہے اس کے پیش نظر ہر کام میں نظافت کو گویا لازم کر دیا گیا ہے۔ ایک جانب اگر نماز جیسی اہم عبادت کے لیے وضو کی شرط ہے تو دوسری جانب کھانا کھانے کا بہترین ادب یہ ہے کہ کھانے سے پہلے ہاتھ ضرور دھوئے جائیں۔ کھانے سے پہلے ہاتھ دھونے کی بات تو سمجھ میں آتی ہے کہ اس طرح کسی طرح کی آلودگی جسم کے اندر داخل نہ ہو سکے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے کھانے کے بعد بھی ہاتھ دھونے کی ترغیب دی۔ چنانچہ آپؐ نے فرمایا:

"اگر کوئی شخص کھانا کھانے کے بعد بغیر ہاتھ دھوئے سو گیا اور پھر اسے کوئی تکلیف پہنچے تو وہ اپنے نفس ہی کو ملامت کرے۔"

ہاتھوں پر چکنائی لگی اچھی نہیں لگتی اور پھر کھانے کے مصالہ جات سے بھرے ہاتھوں کا آنکھوں میں جانا جس تکلیف کا باعث ہو سکتا ہے اس کا اندازہ لگانا مشکل نہیں۔ بچوں کو شروع ہی سے کھانے سے پہلے اور بعد میں ہاتھ دھونے کی عادت نہ ڈالی جائے تو بعد میں بڑی مشکل ہو سکتی ہے اسی طرح کھیل سے فراغت کے بعد بھی ہاتھوں کی صفائی پاکیزگی کے حصول کا ایک اہم ذریعہ ہے۔

دانتوں کی صفائی

بچے کا پہلا دانت بالعموم چھ ماہ کی عمر میں نکلتا ہے اس کے بعد ہر ماہ ایک دانت!
ایک سال کی عمر میں بچے کے چھ دانت ہوتے ہیں اتنے چھوٹے بچے کے دانت صاف
کرنا تو مشکل ہے لیکن علادت ڈالنے کے لیے ہر کھانے کے بعد بچے کو کلی کروانا چاہیے
اسے کلی کرنا نہ بھی آئے نام سے تو آشنا ہو ہی جائے گا۔

دو سال کی عمر سے بچہ برش پکڑ کر منہ میں لے جا سکتا ہے لیکن صحیح برش کرنا
تین چار سال کی عمر تک ہی آتا ہے تاہم مسواک کی اہمیت ذہن میں رہنی چاہیے
مختلف بیماریوں سے بچاؤ کے لیے دانتوں کی صفائی اہم ترین عمل ہے نبی صلی اللہ علیہ
وسلم کو مسواک کا اس قدر اہتمام تھا کہ فرماتے:

"اگر مجھے یہ خیال نہ ہوتا کہ میری امت پر بہت مشقت پڑ جائے گی تو میں ہر
نماز کے وقت مسواک کرنا ان پر لازم کر دیتا۔" (شعب الایمان بیہقی)

"حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے دانتوں کی صفائی کو پاکیزگی اور رضاء الٰہی کے
حصول کا ذریعہ قرار دیا۔"

حضرت عائشہ صدیقہؓ کی ایک روایت کے مطابق مسواک کو ان دس امور میں گنا
گیا ہے جو "امور فطرت" میں سے ہیں ان سب کا تعلق طہارت و پاکیزگی سے ہے۔
ناک میں پانی لے کر صاف کرنا' ناخن ترشوانا' انگلیوں کے جوڑوں کو اہتمام سے دھونا
اور پانی سے استنجا کرنا ان اہم امور میں شامل ہیں۔

ناک اور کان کی صفائی

غسل کے دوران یا بعد میں نرم کپڑے سے ناک اور کان اچھی طرح صاف کیے
جانے چاہئیں تاکہ کسی طرح کی کوئی گندگی اور آلائش لگی نہ رہ جائے۔ نبی صلی اللہ

علیہ وسلم سے منقول ہے کہ آپؐ وضو کے دوران ناک کی صفائی میں بہت مبالغہ سے کام لیتے تھے۔ ناک کی اچھے طور سے صفائی بہت سی بیماریوں سے محفوظ رکھتی ہے۔ کان کے بیرونی اور اندرونی حصوں کی صفائی کا باقاعدگی سے اہتمام نہ کیا جائے تو میل جمع ہونے سے کئی مسائل پیدا ہوتے ہیں اس لیے بہتر یہی ہے کہ غسل کے بعد ان اعضاء کی صفائی کا خصوصی اہتمام کیا جائے گیلا ہونے کے باعث اس وقت یہ کام آسانی سے ہو جاتا ہے۔

لباس کی صفائی

دو ڈھائی سال کا بچہ لباس کے معاملہ میں اپنی پسند یا ناپسند کا اظہار کرنے لگتا ہے بچے فطرتاً شوخ رنگوں والے ایسے رنگ برنگے لباس پسند کرتے ہیں جو دوسروں کی توجہ اپنی جانب مبذول کروائیں۔ لڑکیاں خاص طور سے بٹنوں' جھالروں سے آراستہ پھولوں والے کپڑے بنانا چاہتی ہیں۔ پانچ سات سال کی عمر تک بچوں کو اس بات کی کوئی پرواہ نہیں ہوتی کہ ان کے جسم پر کون سا لباس موزوں معلوم ہو گا وہ تو ایسا لباس منتخب کرنا چاہتے ہیں جس میں ان کے پسندیدہ رنگ اور ڈیزائن نمایاں ہوں۔ ہو سکتا ہے ان کی پسند ان کے والدین کی پسند سے بالکل مختلف ہو۔ بعض اوقات بچے ایسے لباس چاہتے ہیں جو انہوں نے کسی دوسری پسندیدہ شخصیت (مثلاً سکول ٹیچر) یا اپنے ہم جولیوں کو پہنے دیکھا ہو۔

نیا لباس بھی بچوں کی کمزوری ہے۔ وہ نئے سلے ہوئے کپڑے بار بار پہننا چاہتے ہیں۔ لڑکیاں سجاوٹ بناوٹ میں زیادہ دلچسپی رکھتی ہیں۔ انہیں تو خوبصورت لباس کے ساتھ زیور سے بھی خصوصی دلچسپی ہوتی ہے۔ قرآن بھی بیٹیوں کی اس خصوصیت کا ذکر کرتا ہے کہ وہ تو کپڑوں اور زیوروں میں پالی جاتی ہیں۔

بچوں کی ان دلچسپیوں کا لحاظ کرنے میں کوئی حرج نہیں اس سے بہت سے مواقع

پر ناخوشگوار صورتحال سے محفوظ رہا جا سکتا ہے۔ افہام و تفہیم سے کام لیا جائے تو بچے دلیل کو سمجھنے کی پوری اہلیت رکھتے ہیں تاہم لباس میں حیا کے تقاضے پورے کرنا اور ستر کی حدود کا خیال رکھنا بنیادی اہمیت رکھتے ہیں۔

سادہ اور صاف ستھرا لباس اسلام میں مطلوب ہے اس کا ضرور اہتمام ہونا چاہیے لیکن پر تکلف لباس زیادہ بناؤ سنگھار اور اس میں مسابقت کا جذبہ اسلام بالکل پسند نہیں کرتا اس لیے بچوں میں شروع سے اس رجحان کی حوصلہ شکنی ہونا چاہیے۔

لباس کے ساتھ بالوں کا دھیان رکھنا بھی ضروری ہے۔ سر صاف ہو اور بال ٹھیک سے بنے ہوں۔ منتشر یا الجھے ہوئے بال کسی شخصیت کے بارے میں کوئی اچھا تاثر نہیں چھوڑتے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک مرتبہ ایک الجھے بالوں والے شخص کو دیکھا تو ناگواری کا اظہار کرتے ہوئے فرمایا:

"کیا اس کے پاس وہ چیز (یعنی کنگھی) نہیں کہ یہ اپنے بال درست کر لیتا۔"

تازہ ہوا

بچے کے لیے تازہ ہوا میں رہنا اس کی صحت برقرار رکھنے کے لیے نہایت ضروری ہے چھوٹے بچوں کو بھی کچھ دیر کے لیے ضرور تازہ ہوا' کھلی روشنی بلکہ سردیوں کے موسم میں دھوپ میں لٹانا چاہیے۔ سورج کی روشنی جلد کے ذریعہ وٹامن ڈی کی تیاری میں مددگار ہوتی ہے یہ وٹامن ہڈیوں کی مضبوطی میں نہایت اہم ہے اس کی کمی سے بچے کی ہڈیاں ٹیڑھی ہونے اور کئی دوسرے عوارض لاحق ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔

حادثات سے بچاؤ

یوں تو حادثہ عمر کے کسی حصہ میں بھی پیش آ سکتا ہے لیکن ایک سال سے پانچ

سال کی عمر کے بچے بالعموم حادثات کا زیادہ شکار ہوتے ہیں۔ یہ عمر کا وہ حصہ ہے جب طبیعت میں احتیاط کا مادہ کم ہے۔ بچہ ہر آن نئی نئی باتیں سیکھنا چاہتا ہے' نئے نئے تجربے کرنے کا خواہشمند ہے۔ اس کی جسمانی فعالیت اسے سکون سے بیٹھنے نہیں دیتی۔ اس طرزِ عمل کے باعث بچے اکثر گرتے ہیں۔ اندھا دھند بھاگتے ہوئے چیزوں سے ٹکراتے ہیں۔ چھری چاقو کے استعمال سے جسم پر زخم آ جاتے ہیں چنانچہ معمولی نیل پڑنے سے لے کر ہڈی ٹوٹنے اور بعض اوقات موت کی نوبت بھی آ سکتی ہے۔ بالخصوص کمزور نگرانی اور کھلی چھوٹ حاصل ہو تو بچے حادثات کا شکار زیادہ ہوتے ہیں۔ جوشیلے اور پُراعتماد بچے بھی حادثات کا زیادہ شکار ہوتے ہیں کیونکہ وہ کسی احتیاط کو اپنی شان کے خلاف سمجھتے ہیں۔ لڑکیوں کی نسبت لڑکوں کو تقریباً دگنے حادثات پیش آتے ہیں کیونکہ ان کی طبیعت میں مہم جوئی کہیں زیادہ ہوتی ہے۔ پہلے بچے کو ایسی صورتحال کا کم سامنا کرنا پڑتا ہے کیونکہ اسے بڑوں کی طرف سے توجہ اور نگرانی زیادہ میسر ہوتی ہے اور ان میں خوداعتمادی بھی کم ہوتی ہے۔

حادثات سے بچانے کے لیے سب سے اہم بات یہ ہے کہ بچوں کو اپنی نظروں کے سامنے رکھیں انہیں گھر میں اکیلا چھوڑ کا جانا خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔ فقہاء کرام اپنے متعلقین کی تربیت میں اس بات کو اس قدر اہمیت دیتے تھے کہ کمرے میں چھوٹے بچوں حتیٰ کے چار پانچ سال کے بچوں کو بھی تنہا چھوڑنے سے منع فرماتے۔ تنہا بچے کو اور کوئی حادثہ پیش نہ آئے تو تنہائی کا خوف ہی اس کے ذہن کو متاثر کرنے میں کافی نقصان دہ ثابت ہو سکتا ہے۔ بچپن کا خوف بعض اوقات ساری زندگی کے لیے بچے کو ذہنی مریض بنا سکتا ہے دو سال کی عمر کے بچے کو بالعموم اچھے برے کی تمیز ابھی واضح نہیں ہوتی پھر ہر چیز منہ میں ڈالنے کی علاوت بھی ہوتی ہے اس لیے اس بات کی بہت احتیاط کرنا چاہیے کہ بچے کے کھلونوں میں بہت چھوٹی اشیاء مثلاً کانچ کی گولیاں اور

سکے وغیرہ نہ ہوں ان چیزوں کا حلق میں پھنسنے کا بہت خطرہ رہتا ہے اسی طرح تیز اور نوکیلے کناروں والی چیزیں مثلاً چاقو' چھری' کیل' کانٹے وغیرہ ان کی پہنچ سے دور رکھے جانے چاہئیں۔

ادویات بلکہ نمک' مرچ اور دیگر مصالحہ جات بھی ایسی جگہوں پر رکھیں جہاں بچے نہ پہنچ سکیں۔ بجلی کے سوئچ' پلگ' چولہے' بغیر جنگلے کے کھلی کھڑکیاں یہ سب چیزیں کئی طرح کے حادثات کا باعث ہو سکتی ہیں بچوں کی متوقع حادثات سے بچانے کے لیے گھر کے بڑے افراد کو ہر وقت حاضر دماغی سے کام لینا پڑے گا۔ پیش بینی والی محتاط عادت ہی بچوں کو حفاظت کا اہتمام کر پائے گی۔

بچوں کی حفاظت کے ضمن میں یہ بات نہایت اہم ہے کہ اس کو ذہنی صدمات سے محفوظ رکھا جائے۔ ننھا سا دل ذرا سی بات سے دہل جاتا ہے تنہائی' اچانک کسی نامانوس چیز کا سامنا' تیز اور سخت آواز میں جھگڑا' ماں سے دوری' بار بار آیا کی تبدیلی' یہ سب امور ذہن کو ناقابل تلافی نقصانات پہنچا سکتے ہیں ایسے نقصانات کہ ساری زندگی ان کا اثر محسوس ہوتا رہتا ہے۔

اسی طرح بچے کو کسی معلوم یا نامعلوم چیز سے ڈرانا روتے بچے کو چپ کرانے کا کوئی اچھا طریقہ نہیں۔ بلی' کتے' یا کسی بھی چیز کا خوف دلا کر اسے بزدل بنانا امت مسلمہ کی کوئی خدمت نہیں۔ ہر بچہ امت مسلمہ کا ایک بیش قیمت اثاثہ ہے اس کو قوت قلب بخشنے' اور جرات سکھانے کا اہتمام نہایت ضروری ہے تاکہ وہ مستقبل کا ایک پرعزم و باہمت مجاہد ثابت ہو نہ کہ بزدل قسم کا فرد۔

روتے بچے کو چپ کرانے کا سب سے اچھا طریقہ یہ ہے کہ اس کی توجہ کسی دوسری جانب مبذول کروانے کی کوشش کی جائے۔ ماؤں کو جلد ہی اندازہ ہو جاتا ہے کہ بچہ کس چیز میں زیادہ دلچسپی رکھتا ہے پرندے' پودے' رنگین تصویریں' چمکتے چاند

ستارے' روشنیاں حتیٰ کہ جھنجھنا بجانا بھی اسے چپ کرانے کے لیے معاون ثابت ہو سکتا ہے۔ پھر بھلا "خوف" ہی کا جذبہ پیدا کرنا کیوں ضروری ہے؟

اصل بات یہ ہے کہ بچے کو روتا دیکھ کر ماں خود پریشان ہو جاتی ہے پریشانی میں اور کچھ سوجھتا نہیں تو ڈراووں سے مدد لیتی ہے حواس بحال رکھے جائیں تو بچے کو چپ کرانا کوئی زیادہ کٹھن کام نہیں۔

بچے کے ذہن کو خوفزدہ کرنے والی ایک چیز ڈراؤنی کہانیاں ہیں۔ دو تین سال کے بچے کہانیاں بڑے شوق سے سنتے ہیں۔ اس عمر میں انہیں کبھی بھی المیہ قسم کی کہانیاں نہیں سنانی چاہئیں۔ ننھے منے سے بچوں کے لیے کہانی کی یہ ٹریجڈی بہت بری ثابت ہوتی ہے کہ "چڑیا کے بچے کو کوئی لڑکا پکڑ کر لے گیا تو وہ رونے لگ گیا کہ میری امی کہاں ہیں مجھے اپنی امی کے پاس جانا ہے" یا پھر یہ کہ "بلبل کا بچہ گھر سے نکلا اور پھر اسے گھر کا راستہ نہیں مل رہا تھا" کہانی سنانے کے فن کے بارے میں تو بات بعد میں ہو گی یہاں اس بات پر زور دینا مقصود ہے کہ بچے کے ذہن کو صدمات سے محفوظ رکھنے کے لیے کہانی سنانے میں بھی احتیاط کی ضرورت ہے۔

کھیل اور تفریح

بچوں کی مناسب جسمانی اور ذہنی نشوونما کے لیے ورزش اور کھیل بہت اہم ہیں۔ بچوں کے لیے وہ کھیل زیادہ مفید ہیں جن میں بھاگ دوڑ زیادہ ہو' زندگی کے ابتدائی سالوں کی یہ بھاگ دوڑ (exercise) دوران خون کو بہتر بناتی ہے۔ نظام انہضام کے بہت سے مسائل سے نجات مل جاتی ہے۔ پٹھے مضبوط ہوتے ہیں۔ جوڑ اور ہڈیاں طاقتور ہوتی ہیں۔ دل کو خون فراہم کرنے والی نالیاں (coronary arteries) مضبوط اور عمدہ ہو جاتی ہیں جس کے باعث بعد کی زندگی میں دل کے دورے کا امکان "نسبتاً" کم ہوتا ہے۔ جسمانی ورزش جتنی لڑکوں کے لیے اہم ہے اتنی ہی لڑکیوں کے

لیے بھی ضروری ہے۔ البتہ یہ خیال کیا جانا چاہیے کہ کھیل میں اختلاط نہ ہو۔

کھیل صرف ذہنی تفریح کا ہی باعث نہیں اس سے بچوں کی ذہنی صلاحیتوں کی نشوونما اور عمدہ اخلاق کی تشکیل میں بڑی مدد ملتی ہے۔ اس سے ان میں صحت مند مسابقت کا جذبہ پرورش پاتا ہے۔ قوت برداشت اور تحمل جیسی اعلیٰ صفات پروان چڑھتی ہیں۔ خوداعتمادی اور خودانحصاری پیدا ہوتی ہے۔ نظم و ضبط (discipline) کی تربیت حاصل ہوتی ہے۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم مدینۃ النبی میں جسمانی کھیلوں کا خصوصی اہتمام کرواتے' ان میں نمایاں ترین اونٹوں اور گھوڑوں کی دوڑ اور نیزہ بازی کے مقابلے تھے۔ ان مقابلوں سے محض تفریح مقصود نہ تھی بلکہ ان کے ذریعہ معاشرہ کے افراد کی مارشل ٹریننگ کا مقصد بھی حاصل ہوتا۔ سچی بات تو یہ ہے کہ لغو اور لایعنی تفریحات کی اسلامی معاشرے میں کوئی گنجائش ہی نہیں۔ دنیا کی امامت اور رہنمائی کے منصب پر فائز افراد کے پاس اتنا وقت ہی کہاں ہے کہ وہ اپنی صلاحیتیں اور اوقات لایعنی اور بے مقصد کھیل تماشے اور تفریحات کی نذر کرتے پھریں۔

مدینہ میں حصبا سے ثنیۃ الوداع تک ایک چھ میل لمبا میدان گھوڑ دوڑ کی مشق کے لیے مخصوص تھا۔ بالعموم اس دوڑ کا اہتمام حضرت علیؓ کے ذمہ ہوتا۔ حضرت عمرؓ ہمیشہ بچوں کو تیراکی' نشانہ بازی اور گھوڑ سواری کی تعلیم کی تلقین کرتے۔

بچوں میں کھیل اور ورزش کے اہتمام کے لیے نبی صلی اللہ علیہ وسلم ذاتی دلچسپی لیتے۔ آپؐ خود بچوں کو ایک قطار میں کھڑا کر دیتے اور اپنے دونوں بازو پھیلا کر بیٹھ جاتے اور فرماتے۔

"سب دوڑ کر ہمارے پاس آؤ جو ہم کو پہلے چھو لے گا اسے یہ اور یہ دیں گے۔"

بچے بھاگ کر آپؐ کے پاس آتے کوئی آپؐ کے پیٹ پر گرتا کوئی سینہ اطہر پر'

آپ ان کو سینہ مبارک سے لگاتے' پیار کرتے اور انعامات سے نوازتے۔ (فضائل نبویؐ)

یہی تربیت یافتہ بچے تھے جنہوں نے آئندہ سالوں میں روم و ایران کی عظیم الشان سلطنتوں کو زیر نگین کیا۔

کھیل کے لیے کتنا وقت مناسب ہے؟

ایک عام خیال ہے کہ جو بچے سارا وقت پڑھائی یا کام میں گزارتے اور کھیل کے لیے وقت نہیں نکالتے کند ذہن ہو جاتے ہیں۔ کچھ والدین بچوں کو کھلی چھٹی دیئے رکھتے ہیں کہ جتنا چاہیں کھیلیں جو چاہیں کریں۔ یہ بات اکثر سننے میں آتی ہے "یہی تو بچوں کے کھانے کھیلنے کے دن ہیں۔" بہت سے والدین کو سکول سے ملنے والا ہوم ورک بھی بوجھ لگتا ہے کیونکہ ان کے خیال میں پڑھائی اتنی ہی کافی ہے جو سکول میں ہو گئی۔ گھر میں سکول کا کام کرنے سے ایک تو بچوں کو کھیل اور تفریح کا وقت کم ملتا ہے دوسرے ماں باپ کے لیے ایک اضافی کام ہے۔

بچوں کے لیے کھیل' کام اور پڑھائی میں توازن بڑا ضروری ہے' ان کی شخصیت کی تشکیل' استحکام' نظم و ضبط اور معاشرے میں ایک مقام بنانے میں یہ توازن اہم کردار ادا کرتا ہے۔ یہ توازن قائم کرنے میں والدین اور اساتذہ دونوں کا کردار بڑا اہم ہے۔ جہاں یہ ضروری ہے کہ سکول میں پڑھائی کے ساتھ کھیل اور دیگر انتظامی امور میں طلباء کو شریک کیا جائے وہیں یہ بات بھی اہم ہے کہ گھر پر بچوں کو تفریح کے ساتھ ساتھ گھر کے کاموں اور فیصلوں میں شریک کیا جائے۔ گھر میں سکول کا کام والدین کی نگرانی میں کرنے سے بچے میں سکول کے کام میں دلچسپی بڑھتی ہے۔ ان کی نگرانی اور شرکت کا احساس اس کی دلجمعی کو بڑھاتا ہے خود والدین بھی اس ذریعہ سے بچے کی تعلیمی سرگرمیوں اور ترقی سے آگاہ رہتے ہیں۔

بچے ایک قسم کے ماحول اور کھیل سے بڑی جلدی اکتا جاتے ہیں' کھیل میں ان کا لطف اور جوش و خروش ختم ہو جاتا ہے وہ تو ہر آن ایک نیا کام چاہتے ہیں اس لیے کہ وہ سیکھنے کے دور سے گزر رہے ہیں۔ ان کی دلچسپی کو مثبت رخ دینے سے ان کے جذبات کو تسکین دی جا سکتی ہے۔ گھر اور سکول میں چھوٹے چھوٹے کام کرنے سے بچے خوشی محسوس کرتے ہیں۔ اگرچہ یہ چیزیں سنوار کے رکھنے کا کام ہی ہو اس سے انہیں معاشرہ کی جانب سے حوصلہ افزائی اور شاباش ملتی ہے۔ کچھ حاصل ہونے اور کامیابی کا احساس انہیں اطمینان بخشتا ہے' اعتماد کی دولت سے مالا مال کرتا ہے۔ کام کی عادت نہ ڈالنے سے بعد میں بچے ان کو غیرضروری اور غیردلچسپ خیال کرنے لگتے ہیں چنانچہ آئندہ زندگی میں کام سے گریز کی راہیں تلاش کرتے رہتے ہیں۔

بچوں پر ٹیلی ویژن کے اثرات

گھروں میں تفریح کا بڑا کام اب ٹیلی ویژن اور کمپیوٹر گیمز سے لیا جاتا ہے۔ بعض والدین تو بچوں کی تربیت کا کام بھی ٹی وی کے سپرد کر دیتے ہیں۔ بچے ہر دوسرے کام اور ماحول سے بے نیاز گھنٹوں ٹی وی پروگراموں کو بیٹھے دیکھتے رہتے ہیں۔ فی الواقع تفریحی پروگراموں میں سب سے زیادہ نقصان دہ ٹی وی پروگرام ہی ہیں۔ یہ وقت زیادہ لیتے ہیں اور اس دوران بچوں کی نگرانی بھی نہ ہونے کے برابر ہوتی ہے۔ والدین مطمئن رہتے ہیں کہ بچے ان کی آنکھوں کے سامنے گھر کی چار دیواری میں محفوظ ہیں وہ اس بات سے قطعی بے خبر ہیں کہ اس دوران ننھے منے ذہنوں پر کیا اثرات مرتب ہو رہے ہیں۔ ان کی شخصیت کس سانچے میں ڈھل رہی ہے ٹی وی پروگرام بچے پر مثبت اور منفی دونوں قسم کے اثرات ڈالتے ہیں۔ یہ اثرات درج ذیل ہیں:

مثبت اثرات

۱۔ سننے سے بچوں کا تلفظ بہتر ہوتا ہے اور ذخیرہ الفاظ بڑھتا ہے۔ وہ الفاظ کا استعمال جان جاتے ہیں۔

۲۔ معلومات میں اضافہ: علمی نوعیت کے پروگرام مزید سیکھنے اور معلومات حاصل کرنے کا شوق پیدا کرتے ہیں۔ سکرین پر دیکھنے سے بصری اثرات قوی ہوتے ہیں اور معلومات ذہن میں نقش ہو جاتی ہیں۔ دنیا کے مختلف حصوں کی تہذیب اور عجائبات سے آگاہی حاصل ہوتی ہے۔

منفی اثرات

۱۔ جسمانی اثرات:

جسمانی ورزش اور کھیل کود کے لیے وقت میں کمی واقع ہوتی ہے۔ بچوں کے کھانے اور آرام کے اوقات و معمولات متاثر ہوتے ہیں۔ پیٹ اکثر خراب رہتا ہے' ضرورت سے کم سونے کے باعث طبیعت میں چڑچڑاپن پیدا ہوتا ہے۔ رات کو دیر تک جاگتے رہتے ہیں اور صبح دیر سے اٹھتے ہیں۔یوں صبح کی نماز اکثر ضائع ہوتی ہے۔ ٹی وی سے خارج ہونے والی ریڈیائی لہروں کے آنکھوں اور جسم پر ہونے والے اثرات کو ابھی تک جانچا نہیں جا سکا۔

۲۔ ذہنی اثرات

معمولات میں عدم توازن اور آرام کے اوقات میں بے قاعدگی کے باعث ذہنی نشوونما متاثر ہوتی ہے۔ بچہ دیکھنے میں اتنا مگن رہتا ہے کہ اس کا اپنا ذہن سوچنے اور اختراعات کے لیے وقت ہی نہیں نکال پاتا۔

۳۔ خاندانی تعلقات پر اثرات

ٹیلی ویژن کی مشغولیت کے باعث خاندان کے افراد کا باہم گفتگو اور تبادلہ خیالات کا موقع محدود ہو جاتا ہے۔ والدین بچے کے ذہنی رجحانات سے آگاہ ہی نہیں ہو پاتے۔ بچے اکثر اپنے ہی بزرگوں سے شاکی رہتے ہیں۔ بچوں کی جانب سے یہ شکایت اس لیے بھی ہوتی ہے کہ ان بزرگوں کا رہن سہن' نشست و برخاست اور طرز گفتگو ان کے پسندیدہ ٹیلی ویژن کرداروں کے مطابق نہیں ہوتا۔ والدین اور بچوں میں اس ذہنی دوری کے باعث رفتہ رفتہ بچوں میں اطاعت کا جذبہ کم ہو جاتا ہے۔

۴۔ سکول کی کارکردگی پر اثرات

ٹیلی ویژن پروگرام دلچسپ ہونے کے باعث بچے کی ساری توجہ اپنی جانب مبذول رکھتے ہیں۔ بچہ ان پروگراموں میں کھو جاتا ہے۔ اس کا کسی اور کام میں دل ہی نہیں لگتا۔ سکولوں کی کتابیں اور کام اسے بوجھ اور بور لگنے لگتا ہے۔ اس طرز عمل کے مستقل طور پر جاری رہنے سے سکول کی کارکردگی پر بڑے برے اثرات واقع ہوتے ہیں۔ ٹی وی کے رسیا بچے مطالعہ کے ذوق سے بھی محروم ہو سکتے ہیں۔

۵۔ اقدار پر اثرات

جرم' تشدد اور مار دھاڑ کے پروگرام دیکھنے سے اکثر اوقات بچے تشدد کے معاملہ میں بے حس ہو جاتے ہیں۔ اس بے حسی کے باعث انسانیت کے اعلیٰ اور لطیف جذبات ہمدردی' نرم دلی' ایثار و قربانی' حیا وغیرہ پروان نہیں چڑھ پاتے۔ اچھائی اور برائی کے معیار بدل جاتے ہیں کیونکہ بچے ان پروگراموں سے اس قدر متاثر ہوتے ہیں کہ ان کے خیال میں صحیح' عمدہ اور اچھا وہی ہے جو ان پروگراموں میں اچھا کہا گیا۔ والدین اور اساتذہ کی رائے کی کوئی اہمیت نہیں سمجھی جاتی۔ بچے کیا بڑے بھی یہ سمجھتے ہیں کہ ٹیلی ویژن پر پیش ہونا ہی کسی خیال یا بات کی درستی کا مضبوط سرٹیفکیٹ ہے۔ گویا ٹیلی

ویڈیو کا حوالہ ایک مستند حوالہ ہے۔

۶۔ نقالی

بچوں میں نقالی کا جذبہ بڑا زبردست ہوتا ہے۔ بالعموم پروگراموں میں تیز طرار کردار دوسروں کی توجہ زیادہ کھینچتے ہیں۔ یہ کردار زیادہ تر غیرسماجی اور پرتشدد حرکات پیش کرتے ہیں۔ بچے ان کرداروں کو اپنا رہنما اور آئیڈیل بنا لیتے ہیں ان کی گفتگو اور اطوار میں انہی کی جھلک نمایاں نظر آتی ہے۔ وہ ان ڈائیلاگ کی نقل اتارتے ہیں' ان کے ایکشن کی نقل اتارتے ہیں حتیٰ کہ ان کا طرز تکلم اور انداز ان کے اپنے کردار کا حصہ بن جاتا ہے۔

بچے پھر عملی زندگی میں بھی انہی کرداروں کی جھلک تلاش کرتے رہتے ہیں۔ زندگی کے بارے میں ان کا رویہ عجیب و غریب ہو جاتا ہے۔ یہ غیرحقیقت پسندانہ رویہ ان میں جھنجلاہٹ اور مرعوبیت پیدا کر دیتا ہے۔ بچپن کی پاکیزہ معصومیت رخصت ہو جاتی ہے اور یوں ان کی شخصیت مسخ ہو کر رہ جاتی ہے۔

تفریح اور لھوالحدیث

ٹیلی ویژن پروگراموں کا زیادہ حصہ اور اکثر گیمز ایسی ہیں جنہیں لھوالحدیث میں شمار کیا جا سکتا ہے۔ یعنی ایسی بات جو آدمی کو اپنے اندر مشغول کر کے ہر دوسری چیز سے غافل کر دے۔ عام طور پر اس اصطلاح کا استعمال بری' فضول اور بیہودہ باتوں پر ہی ہوتا ہے مثلاً گپ' خرافات' ہنسی مذاق' داستانیں' افسانے' ناول' گانا بجانا اور اسی طرح کی دوسری چیزیں۔ ان کا مقصد محض وقت گزاری ہوتا ہے اور ان میں بیشتر فکروا خلاق کو غارت کرنے والی ہوتی ہیں۔ قرآن پاک لھوالحدیث کے بارے میں اپنی شدید نفرت کا اظہار کرتے ہوئے اسے ان اقدام میں گنواتا ہے جو اللہ کے راستے سے بھٹکانے والے اور اس راستہ کی دعوت کو مذاق میں اڑانے والے ہیں۔ اس لیے کہ وہ انسان کو سنجیدہ

غوروفکر اور مثبت تعمیری سرگرمیوں کی ترغیب دینے' آمادہ کرنے اور قوت عمل دینے میں ناکام رہتے ہیں۔ محض تفریح کے مقاصد وہ ہیں جنہیں قرآن بار بار لعب و لہو قرار دیتا ہے۔ لعب و لہو میں انہماک انسان کو سنجیدہ مسائل سے اس قدر غافل کر دیتا ہے کہ اسے یہ محسوس ہی نہیں ہو پاتا کہ انہیں کس تباہی کی طرف دھکیلا جا رہا ہے۔ پھر وہی حال ہوتا ہے کہ "نیرو بانسری بجاتا رہا اور روم جل گیا۔" تباہی و بربادی دروازے پر پہنچ جاتی ہے اور انسان اپنی مستیوں میں گم رہتا ہے۔ امت مسلمہ جسے دنیا کی رہنمائی کا فریضہ انجام دینا ہے اپنی نسل کو اس غفلت کے سپرد نہیں کر سکتی۔ چنانچہ قرآن پاک میں بڑے الفاظ واضح الفاظ میں رہنمائی دیتے ہوئے فرمایا گیا:

"اور انسانوں میں سے کوئی ایسا بھی ہے جو لہوالحدیث (کلام دلفریب) خرید کر لاتا ہے تاکہ لوگوں کو اللہ کے راستہ سے علم کے بغیر بھٹکا دے اور اس راستے کی دعوت کو مذاق میں اڑا دے' ایسے لوگوں کے لیے سخت ذلیل کرنے والا عذاب ہے۔ اسے جب ہماری آیات سنائی جاتی ہیں تو وہ بڑے گھمنڈ کے ساتھ اس طرح رخ پھیر لیتا ہے گویا کہ اس نے سنا ہی نہیں گویا کہ اس کے کان بہرے ہیں۔ مژدہ سنا دو اسے ایک دردناک عذاب کا۔" (لقمان ۷-۶)

اسلام یہ پسند نہیں کرتا کہ لوگ تفریحات میں غرق ہو کر اس موڈ ہی میں نہ رہیں کہ اللہ' آخرت اور اخلاق کی باتیں انہیں سنائی جا سکیں۔ انسانی ذہن ایسا ہے کہ اسے جس کام کے لیے چاہیں تیار کر لیں۔ غوروفکر' تعمیروترقی اعلیٰ درجے کے کام ہیں کھیل تماشے میں منہمک رہنے والے دماغ پھر اعلیٰ کاوشیں دکھانے میں ناکام رہتے ہیں۔

اسلام معاشرے میں صحت مند سرگرمیوں کو ہمیشہ فروغ دیتا ہے۔ تفریح انسانی جسم اور ذہن کی بنیادی ضروریات میں سے ہے اس کا اصل مقصود جسم و روح کے لیے تازگی' بشاشت اور قوت کا حصول ہے' لیکن جس طرح اسلام کسی ایسی چیز کی اجازت

نہیں دیتا جو جسم کے لیے ضرر رساں ہو اسی طرح وہ تفریح یا کسی اور نام سے کسی ایسی چیز کو بھی روا نہیں رکھتا جو انسانی روح یا ذہن کو کسی بھی طرح کا نقصان پہنچا سکتی ہو' اگر جسم کی حفاظت کے لیے شراب اور دیگر منشیات کو حرام قرار دیا گیا ہے یہ واضح کرتے ہوئے کہ "اس کا ضرر اس کے فائدے سے بڑھا ہوا ہے۔" بالکل اسی طرح موسیقی کو روح کے لیے نشہ آور قرار دیتے ہوئے حرام سمجھا گیا ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے کئی مواقع پر یہ حقیقت واضح فرمائی۔ آپؐ نے فرمایا:

"میں آلات موسیقی توڑنے کے لیے آیا ہوں"

مزا میر کو شیطان کے آرگن کہا گیا۔

اسلام ایک منضبط دین ہے۔ وہ زندگی کے ہر شعبہ میں نظم و ضبط اور قواعد و ضوابط کا قائل ہے۔

تفریح کے معاملہ میں جو رہنما اصول دیئے گئے وہ یہ ہیں:

۱۔ تفریح بامقصد ہو

اس سے جسم و روح کو تازگی بشاشت اور قوت حاصل ہو چنانچہ سیر' دوڑ' تیراکی' گھڑسواری' نیزہ بازی جیسے کھیلوں کی حوصلہ افزائی کی گئی۔

۲۔ تفریح غافل کرنے والی نہ ہو

ایسی تفریح جو انسان کو اہم امور اور سنجیدہ مسائل سے غافل کر دے پسندیدہ نہیں' اسلام موسیقی کو اسی لیے گوارا نہیں کرتا کہ یہ انسان کو اپنے رب سے غافل کرتی ہے۔ زندگی کے سنجیدہ مسائل سے غافل کرتی ہے۔ پھر ایسا بھی نہ ہو کہ تفریح میں غرق ہو کر انسان دیگر ضروری کام مثلاً نماز اور دوسری ذمہ داریاں قربان کر دے' حقوق تلف ہونے لگیں فرائض سے پہلو تہی ہو' خود اس میں فحاشی کا کوئی پہلو ہو یا اللہ کے احکام کی خلاف ورزی ہو۔

۳۔ تفریح باعث ضرر نہ ہو

کسی بھی دوسرے انسان یا جانور کے لیے باعث ضرر تفریح کی کوئی گنجائش نہیں' شکار کی اگرچہ اجازت ہے لیکن چڑیا اور اس طرح کے چھوٹے جانوروں کے شکار سے محض اس لیے منع کیا گیا کہ اس کا مقصد پیٹ بھرنا نہیں محض لذت ہے۔ اسی طرح ایک موقع پر نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے دیکھا کہ بچے اپنی انگلی کی ضرب سے سنگریزوں کو پھینک رہے ہیں۔ یہ نشانہ بازی کی مشق نہیں تھی پھر اس سے اندیشہ تھا کسی کو چوٹ نہ لگ جائے چنانچہ اس کھیل کے لیے ناپسندیدگی کا اظہار کیا گیا۔

کھیل کوئی بھی ہو اس میں ان تین بنیادی امور کا خیال رکھا جائے اور توازن برقرار رہے تو گویا یہ کھیل بھی عبادت ہی ہے۔

کھلونوں کی اہمیت

بچوں کی شخصیت اور صلاحیتوں کی نشوونما میں اگرچہ کھلونوں کی تعداد یا قسم کا کوئی خاص اثر نہیں تاہم انہیں مصروف رکھنے اور دلچسپیوں کے اظہار کا یہ ایک ذریعہ ہے ہمیشہ سے ان مقاصد کے لیے بچوں کے لیے مختلف قسم کے کھلونے بنائے جاتے رہے ہیں۔

کھلونوں کے تعین میں جہاں یہ بات اہم ہے کہ ان کے رنگ شکل یا بناوٹ میں کوئی ضرر رساں پہلو نہ ہو اتنے چھوٹے نہ ہوں کہ بچے نگلنے کی کوشش میں گلے میں پھنسا لیں یا نوکیلے کناروں کے باعث خود کو زخمی کر لیں وہاں یہ بھی ضروری ہے کہ ان کے چناؤ میں اسلام کی بنیادی تعلیمات کا ادراک ہو اور ان کو پیش نظر رکھا جائے۔ اسلام اپنے گھرانوں میں مجسمہ کا وجود حرام ٹھہراتا ہے مجسموں کی گھر میں موجودگی ملائکہ رحمت کی دوری کا باعث ہے۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے:

"جس گھر میں تماثیل (مجسمے یا تصویریں) ہوں اس میں فرشتے داخل نہیں ہوتے۔" (متفق علیہ)

اسلام نے مجسمہ اور تصویر سازی کو حرام قرار دیا ہے آپؐ کا ارشاد ہے "قیامت کے روز سب سے زیادہ سخت عذاب ان لوگوں کو ہو گا جو اس قسم کی تصویریں بناتے ہیں۔" (متفق علیہ)

یہاں گڑیوں کا ذکر بھی ہو جائے جن سے کھیلنے کا ذکر احادیث میں آیا ہے۔

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے:

"میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس (یعنی نکاح اور رخصتی کے بعد) گڑیوں سے کھیلا کرتی تھی اور میرے ساتھ کھیلنے والی میری کچھ سہیلیاں تھیں (جو ساتھ کھیلنے کے لیے میرے یہاں آ جایا کرتی تھیں) جب نبی صلی اللہ علیہ وسلم گھر میں تشریف لاتے تو وہ (آپؐ کے احترام میں کھیل چھوڑ کر) گھر کے اندر جا چھپتیں تو آپؐ ان کو میرے پاس بھجوا دیتے (یعنی خود فرما دیتے کہ وہ اسی طرح میرے ساتھ کھیلتی رہیں) چنانچہ وہ پھر میرے ساتھ کھیلنے لگتیں۔" (صحیح بخاری' صحیح مسلم)

دوسری روایت میں ہے:

"نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک دن حضرت عائشہؓ سے دریافت فرمایا! یہ کیا ہے؟"

انہوں نے کہا "یہ میری گڑیاں ہیں"

دریافت فرمایا: "ان کے درمیان کیا چیز ہے؟"

عرض کیا: "یہ گھوڑا ہے"

دریافت فرمایا: "اس گھوڑے کے اوپر کیا چیز ہے؟"

عرض کیا: "دو پر ہیں"

دریافت فرمایا: "گھوڑا اور اس کو پر بھی"

حضرت عائشہؓ نے کہا "کیا آپ نے نہیں سنا کہ حضرت سلیمان بن داؤد علیہ السلام کے گھوڑے پر والے تھے"

یہ سن کر حضور پاکؐ ہنس پڑے یہاں تک کہ آپ کے دندان مبارک دکھائی دینے لگے۔ (ابو داؤد)

یہاں بعض ذہنوں میں سوال پیدا ہوتا ہے کہ جب ذی روح کی تصویر بنانا اور اس کا گھر میں رکھنا جائز نہیں اور اس پر صحیح احادیث میں سخت وعیدیں وارد ہوئی ہیں تو اللہ کے رسولؐ نے حضرت عائشہ صدیقہؓ کو گڑیوں سے کھیلنے اور گھر میں رکھنے کی اجازت کیوں دی؟

بعض شارحین نے اس کا ایک جواب یہ دیا ہے کہ حضرت عائشہؓ کے گڑیوں سے کھیلنے کا یہ واقعہ ہجرت کے ابتدائی زمانہ کا ہے جبکہ تصویروں کی حرمت کا حکم نہیں آیا تھا بعد میں جب تصویروں کے بنانے اور رکھنے کی سخت ممانعت کر دی گئی تو گڑیوں کے بنانے اور کھیلنے کی بھی گنجائش نہیں رہی۔

(معارف الحدیث' کتاب المعاشرۃ والمعاملات' صفحہ ۸۴۔۸۵)

صاحب معارف الحدیث مزید تحریر فرماتے ہیں:

"اس عاجز کے نزدیک زیادہ صحیح جواب یہ ہے کہ حضرت عائشہ صدیقہؓ کی یہ گڑیاں تصویر کے حکم میں داخل ہی نہیں تھیں۔ وہ تو چودہ سو برس پہلے کی بات ہے۔ خود ہمارے اس زمانہ میں جبکہ سینے پرونے کے فن نے اتنی ترقی کر لی ہے جو معلوم ہے' گھروں کی چھوٹی بچیاں اپنے کھیلنے کے لیے جو گڑیاں بناتی ہیں ہم نے دیکھا کہ تصویریت کے لحاظ سے وہ اتنی ناقص ہوتی ہیں کہ ان پر کسی طرح بھی تصویر کا حکم

نہیں لگایا جا سکتا۔ اس لیے حضرت عائشہؓ کی گڑیوں کے بارے میں یہ سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔" (معارف الحدیث' صفحہ ۸۵' جلد ٦)

"امام مالکؒ سے منقول ہے کہ وہ بچوں کے لیے مجسمہ قسم کے کھلونے خرید کر لانا مکروہ خیال کرتے تھے۔" (اسلام میں حلال و حرام۔ صفحہ ۱۴۱)

علماء اسلام کی ان آراء کی روشنی میں "باربی" قسم کی گڑیوں کی کہاں گنجائش نکلتی ہے؟

بچوں کی تعلیم

"زندگی کے ابتدائی سات سال تک بچے دل کا بہلاوا ہیں اس کے بعد کے سات سال خادم اور شاگرد اور اس کے بعد وہ خودمختار اور آزاد ہیں۔" یہ ایک مشہور قول ہے۔

حقیقت بھی یہی ہے ننھے منے پھول سے بچے دل خوش کرنے کا بہترین ذریعہ ہیں۔ مولانا اشرف علی تھانویؒ تو بچوں کو "مفرحات" (tranquilizers) میں شمار کرتے ہیں۔ رب کریم کی ان "امانتوں" کی حفاظت کے ساتھ ان کی تعلیم اور تربیت کی ذمہ داری والدین پر عائد ہوتی ہے۔ اسلام حصول علم کی نہ صرف ترغیب دیتا ہے بلکہ اسے ہر مسلم مرد و عورت کا بنیادی فریضہ قرار دیا گیا ہے۔ قرآن پاک کی تو ابتدا ہی اس حکم سے ہوتی ہے:

"پڑھو (اے نبیؐ) اپنے رب کے نام کے ساتھ جس نے پیدا کیا' جمے ہوئے خون کے ایک لوتھڑے سے انسان کی تخلیق کی' پڑھو اور تمہارا رب بڑا کریم ہے جس نے قلم کے ذریعہ سے علم سکھایا۔ انسان کو وہ علم دیا جسے وہ نہ جانتا تھا۔"

(العلق ۱۔۵)

چنانچہ قرآن پاک میں کہیں تو "رحمٰن" کی رحمت کا سب سے بڑا ثبوت یہ پیش کیا گیا ہے کہ اس نے انسان کو قرآن سکھایا' اسے سیکھنے کے لیے سننے' بولنے' سمجھنے اور نتائج اخذ کرنے کی صلاحیتیں ودیعت کیں اور کہیں قلم کی قسم کھا کر معلم انسانیت صلی

اللہ علیہ وسلم کی عظمت اخلاق کی شہادت دی گئی ہے۔

قرآن کی اس رہنمائی سے جہاں یہ بات واضح ہوتی ہے کہ انسان اپنے رب کی عطا کردہ صلاحیتوں کو حصول علم میں کھپائے کہ یہی ان کا صحیح استعمال ہے' ان کے ذریعہ کائنات کے اسرار سے آگاہی حاصل کرے جسے اس کے رب نے اس کے لیے ہی مسخر کیا ہے اور پھر ان علوم کو انسان ہی کے لیے فیض رسانی میں استعمال کرے۔ وہاں یہ حقیقت بھی ظاہر ہے کہ علم کا اصل مقصود انسان کو عمدہ اخلاق و کردار سے آراستہ کرنا ہے۔

اسلام نے ہر زمانہ میں اپنے معاشرہ کے ہر فرد (وہ مرد ہو یا عورت' آزاد ہو یا غلام) کے لیے حصول علم کے ذرائع فراہم کرنا اسلامی ریاست کی بنیادی ذمہ داری سمجھا ہے۔ اسلامی معاشرہ میں لونڈیوں تک کو عمدہ علوم سے آراستہ کرنا سربراہ خانہ کی ذمہ داری خیال کی جاتی ہے اس لیے کہ علم شخصیت کو جلا بخشتا ہے۔ زندگی کو باوقار اور خوبصورت بناتا ہے' رہنمائی کے اوصاف عطا کرتا ہے' معاشرے کو خوشحالی اور خودکفالت نصیب کرتا ہے۔

اسلامی معاشرہ میں یوں تو ابتدا ہی سے بچے کی تعلیم و تربیت کا اہتمام ہوتا لیکن چار سال کی عمر سے باقاعدہ مدرسے کی تعلیم دی جاتی۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم بچوں کی تعلیم کی ترغیب دیتے ہوئے فرماتے:

"اپنے بچوں کو تعلیم دو اور انھیں اس دور کے لیے تیار کرو جب تم نہیں ہو گے۔"

یہ واضح کر دیا گیا کہ تعلیم کا حاصل یہ ہے کہ نسل نو کو مستقبل کی قیادت کے لیے تیار کر دیا جائے۔ نبی پاکؐ کو نسل نو کے لیے اس بنیادی ضرورت کا اس قدر اہتمام تھا کہ غزوہ بدر کے قیدیوں میں سے لکھنا پڑھنا جاننے والے قیدیوں کے لیے یہ فیصلہ کیا /

گیا کہ وہ دس مسلم بچوں کو لکھنا پڑھنا سکھا دیں یہی ان کی رہائی کے لیے فدیہ ہو گا۔ یہی وہ فکر تھی جس کے نتیجہ میں ایسا معاشرہ تشکیل ہوا جہاں شرح خواندگی سو فیصد تھی۔

لکھنے پڑھنے کا شوق پیدا کرنے کے لیے چار سے سات سال کی عمر نہایت مناسب ہے۔ بہت کم عمر میں بچوں کو سکولوں اور اداروں کے حوالے کر دینے سے متوازن شخصیت کی تشکیل کے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ یہ ادارے والدین کا متبادل نہیں ہو سکتے۔ ننھے بچوں کے لیے اتنا ہی کافی ہے کہ انہیں لکھنے پڑھنے کا کچھ سامان فراہم کر دیا جائے تاکہ گھر میں ابتدائی اسباق ہنستے کھیلتے تیار ہو جائیں اور بچے کا کتاب سے ایک رشتہ قائم ہو جائے۔ چھ سات سال کی عمر تک لکھنے پڑھنے کا ذوق پیدا نہ کیا جائے تو بعد میں اس کی رغبت دلانے میں دقت ہو سکتی ہے۔

نظم و ضبط

اسلام زندگی کو نظم و ضبط کے ساتھ گزارنے کو بڑی اہمیت دیتا ہے' انسانی زندگی کو مفید اور کار آمد بنانے کے لیے نظم و ضبط نہایت ضروری ہے۔ اوقات منضبط ہوں' بے کار مشاغل میں ضائع نہ کئے جائیں تو ان میں بڑی برکت ہوتی ہے تھوڑے وقت میں بہت زیادہ کام کیا جا سکتا ہے۔

"بڑے لوگوں" کے بارے میں لکھا جاتا ہے کہ انہوں نے زندگی میں اتنا زیادہ کام کیا کہ حیرت ہوتی ہے انہیں اس قدر مختصر زندگی میں اتنا وقت ملا کہاں سے؟ عام افراد کو دیکھیں تو کھانے کمانے ہی میں وقت تمام ہو جاتا ہے۔ ان کے کارہائے نمایاں کی فہرست اس سے زائد نہیں ہوتی:

بی اے کیا نوکر ہوئے پنشن ملی اور مر گئے

اس کے برعکس حضرت مجدد الف ثانیؒ' مولانا اشرف علی تھانویؒ' علامہ اقبالؒ' مولانا مودودیؒ اور قائداعظمؒ جیسے اکابرین نے اسی مختصر زندگی میں پوری ملت کے ذہنوں میں انقلاب برپا کر دیا۔ مؤرخین اس بات پر حیرت کا اظہار کرتے ہیں کہ دین' سیاست' تحریر و تقریر' انقلاب غرض ہر میدان میں ان حضرات نے اتنا کام کیا کہ عقل حیران ہے کہ یہ سب کیسے ممکن ہوا؟ اس "ممکن" پر غور کیا جائے تو محسوس ہوتا ہے کہ رب کریم جب کسی شخص سے کوئی بڑا کام لینا چاہتے ہیں تو ان کے اوقات میں برکت ڈال دیتے ہیں اور پھر تھوڑے وقت میں ان سے زیادہ کام ہو جاتے ہیں۔ لیکن رب کریم

برکت بھی یونہی نہیں ڈال دیتے وہ دیکھتے ہیں کہ ہر شخص اپنے اوقات کے استعمال میں کس قدر محتاط ہے' ضیاع وقت سے کس طرح بچتا ہے تو پھر سچ مچ یہ برکت بھی سامنے آتی ہے کہ دوسرے لوگ جو کام دس گھنٹوں میں کرتے ہیں یہ اصحاب ایک گھنٹے میں کر لیتے ہیں۔

انسان خود کو مرضی حق کا تابع بنا لے تو "گردوں سے فرشتوں کا اترنا" میدان کارزار ہی میں نہیں زندگی کے ہر ہر لمحہ میں مشاہدہ کیا جا سکتا ہے۔ مرد مومن کی قوت کار جنگ ہی میں نہیں ہر مقام پر دوسروں سے دس گنا زائد واضح دیکھی جا سکتی ہے۔

امت مسلمہ آج جس زبوں حالی سے دوچار ہے اس میں جہاں اور بہت سے عوامل اثرانداز ہو رہے ہیں ایک بڑی اور اہم وجہ نظم و ضبط کا فقدان ہے۔ نظم و ضبط کا یہ فقدان ہماری عام زندگی میں' سفر میں' بازار میں' اجتماعات میں ہر جگہ دیکھا جا سکتا ہے۔ بدنظمی درحقیقت ہلاک کر دینے والی ہے۔ عذاب یہی نہیں کہ آسمان سے پتھر برسیں' قوت کار کو مفلوج کر دینے والی بدنظمی بھی درحقیقت ایک بڑا عذاب ہے جو ہم پر مسلط ہے یا جسے ہم نے خود اپنے ہاتھوں سے مسلط کر رکھا ہے۔ خود کو اس عذاب کی گرفت سے بچانے کے لیے بڑی مربوط اور ہمہ گیر و ہمہ پہلو جدوجہد کی ضرورت ہے۔ اس کے لیے جہاں ہم بے شمار دوسرے اقدام سوچ سکتے ہیں ان میں سب سے اہم یہ ہے کہ کم از کم نسل نو کو ابتدا ہی سے نظم و ضبط کا خوگر بنایا جائے۔

نظم و ضبط کا مطلب بنیادی طور پر یہ ہے کہ کوئی شخص خود کو اس قدر آزاد خیال نہ کرے کہ وہ ہر وقت ہر مقام پر "من مانی" کر سکتا ہے۔ نظم و ضبط دراصل ایک لگام ہے جو انسان کی جبلت اور اس کی منہ زور خواہشات کو کنٹرول میں رکھتا ہے۔ انسان جب یہ سمجھ جاتا ہے کہ اس سے کیسے رویے کی توقع رکھی جا سکتی ہے' معاشرہ اس کی کس بات کو قبول کر سکتا ہے کس کو نہیں تو نہ صرف اس کی زندگی خود اپنے

لیے اور معاشرے کے لیے زیادہ کار آمد بن جاتی ہے بلکہ اسے احساس تحفظ بھی حاصل ہو جاتا ہے۔

ایک بچہ اگر یہ جانتا ہو کہ وہ جو کچھ کر رہا ہے اس پر اسے اپنے معاشرہ کی حمایت حاصل ہے تو اس کا ننھا سا ذہن خوشی محسوس کرتا ہے۔ احساس تحفظ اس کو اعتماد اور طمانیت بخشتا ہے اور اس کی نشوونما زیادہ بہتر انداز میں ہو سکتی ہے۔

نظم و ضبط کی تربیت ابتدا ہی سے دینا بڑا ضروری ہے۔ اس کا طریقہ یہی نہیں کہ ماں باپ ہر وقت کوڑا ہاتھ میں رکھیں اور ذرا ذرا سی بات پر بچے پر آزمانا شروع کر دیں یا ہر وقت روک ٹوک کرتے رہیں کہ یوں کرو' یوں نہ کرو۔ نہ ہی یہ ضروری ہے کہ ہر وقت گھڑی سامنے رکھ کر بچے کو مجبور کیا جائے کہ وہ اپنا کھانا پینا اور دیگر تمام امور گھڑی کے مطابق انجام دے بلکہ اس کے لیے چند اہم اصول پیش نظر رکھنا پڑیں گے۔ ان اصولوں کے ذکر سے پہلے نظم و ضبط کے ان فوائد پر نظر ڈال لیں جن کا تذکرہ بچوں کے محققین نے کیا ہے۔

۱۔ نظم و ضبط کے اصولوں کی پاسداری سے بچوں میں احساس تحفظ پیدا ہوتا ہے۔ بچوں کا اپنے بڑوں پر اعتماد بڑھتا ہے وہ اس لحاظ سے پر اعتماد ہوتے ہیں کہ کوئی ان کی غلط اور صحیح طرز عمل کے بارے میں رہنمائی کرنے والا ہے۔ یوں generation gap کا مسئلہ پیدا نہیں ہو پاتا۔

۲۔ نظم و ضبط کی خلاف ورزی سے دوسروں کے طعن و تشنیع کے باعث جو شرمندگی اور احساس جرم ذہن میں پیدا ہوتا ہے بچہ ان سے محفوظ رہتا ہے۔ درحقیقت یہ دونوں ایسے "منفی احساسات" ہیں جو شخصیت کو بری طرح مجروح کرتے ہیں۔ شرمندگی اور جرم کا احساس انسان کو دوسروں کی نظروں سے پوشیدہ رہنے پر مجبور کرتے ہیں یوں وہ بیک وقت بے شمار محرومیوں کا شکار ہو جاتا ہے۔

۳۔ نظم و ضبط کے ذریعے بچے کو معاشرتی ضروریات اور رکھ رکھاؤ کے مطابق زندگی گزارنا آ جاتا ہے یوں اس کی شخصیت خوشگوار اور دوسروں کے لیے زیادہ قابل قبول بن جاتی ہے۔ بچہ ایک بااعتماد فرد بن کر ابھرتا ہے اس کی خودی مضبوط اور بلند ہوتی ہے۔ وہ بہتر فیصلے کرنے کی قوت پاتا ہے۔

۴۔ بچہ اپنے ضمیر کو مضبوط بنا سکتا ہے وہ خود پر کنٹرول کرنا سیکھتا ہے۔ ضبط نفس ایک اعلیٰ صفت ہے جس کے حصول کے لیے ہر زمانہ میں ہر مذہب میں ترغیب دی جاتی رہی ہے۔ ضبط نفس سے انسان خود کو خود غرضی' خودستائی' خودنمائی جیسے رذائل اخلاق سے محفوظ کر سکتا ہے اور یوں اس کا تعلق اپنے رب سے مضبوط ہو سکتا ہے۔

اس جہاں میں آنے والا ہر بچہ "وُلی عہد" ہے کہ ان میں سے ہر ایک کو آئندہ خلیفۃ اللہ فی الارض کی ذمہ داریاں سنبھالنا ہیں۔ شہزادوں کی تربیت شہزادوں ہی کی طرح ہونا چاہیے۔ ولی عہد کو مستقبل کی گراں قدر ذمہ داریاں سنبھالنے کے لیے ذہنی و جسمانی طور پر تیار نہ کیا جائے تو وقت آنے پر اس کے لیے اپنے فرائض کی بطریق احسن ادائیگی دشوار ہو گی۔ شہزادوں کی تربیت میں "محبت" اور "آزادی" اہم ضرور ہیں لیکن ان سے نظم و ضبط اور معاشرتی رکھ رکھاؤ کی توقع دوسروں سے زیادہ رکھی جاتی ہے۔ اعلیٰ اخلاق' مضبوط کردار' عالی ہمتی' ضبط نفس شہزادوں کی اہم صفات ہیں۔ ان اہم صفات سے متصف کرنے کے لیے انہیں ابتدا ہی سے نظم و ضبط' ڈسپلن کی زندگی گزارنے کی تربیت دی جاتی ہے۔

تربیت میں محبت' آزادی' نظم و ضبط کی پابندی تینوں ہی میں خوبصورت توازن پیدا کرنا نہایت اہم ہے۔ یہ تینوں ایسی بنیادی ضروریات ہیں کہ ان میں سے ایک کی عدم موجودگی بھی "شہزادے" کو تاج و تخت سے محروم کر سکتی ہے۔ ان صفات میں عدم توازن شخصیت میں عدم توازن پیدا کر دے گا۔

بے لگام آزادی اور بے جا لاڈ پیار evil genius پیدا کرنے میں سب سے اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ پیار اور محبت اپنی جگہ لیکن معاشرتی رکھ رکھاؤ' دوسروں کے حقوق کا احساس' اپنے فرائض سے آگاہی' اپنی ذمہ داریوں کا شعور پیدا کرنا نہایت اہم ہے۔ اس کے لیے مناسب اور ہمہ وقتی رہنمائی بہت ضروری ہے۔

محبت اور شفقت کے ساتھ ہر وقت کی روک ٹوک ایک دبو قسم کی شخصیت پیدا کرتی ہے۔ شفقت کا تقاضا یہ تو ضرور ہے کہ بچے کو کھرے اور کھوٹے سے آگاہ کیا جائے۔ لیکن اپنا لائحہ عمل طے کرنے میں اسے اپنے ذہن سے کام لینے کی عادت بھی ڈالنی چاہیے۔ بچے کو اگر مجبور کیا جائے کہ وہ ہر وقت بڑوں کے دماغ ہی سے سوچے ان کی آنکھوں سے دیکھے تو یہ ایک قیمتی دماغ کا ضیاع ہے۔ ہمیں تو سوچنے سمجھنے والے دماغ چاہئیں۔ قوت فکر کو دبا دینا' ختم کر دینا پوری امت کو ایک قیمتی اثاثہ سے محروم کرنا ہے۔

نفرت انگیز' غیردوستانہ ماحول اور پھر ہر وقت کی روک ٹوک نہایت خطرناک اور غیرمتوازن شخصیت تعمیر کرتے ہیں۔ ہر وقت کی روک ٹوک بچے میں ضد' خوف' نفرت اور ردعمل کے طور پر دوسرے منفی جذبات پیدا کر دیتی ہے۔ یوں اس کی تعمیری صلاحیتیں بری طرح متاثر ہوتی ہیں۔

جب بچوں کے مختلف گروہوں کا تجزیہ کیا گیا کہ محبت' نفرت اور نظم و ضبط کی موجودگی یا عدم موجودگی کے کیا اثرات ہوتے ہیں تو بڑے دلچسپ نتائج سامنے آئے۔ ان کا جائزہ لینے سے بات مزید واضح ہو گی کہ ہمیں مطلوبہ اوصاف کی حامل شخصیت کی تعمیر میں کیسا کردار ادا کرنا چاہیے۔

محبت + نظم و ضبط

○ بچے مؤدب' نرم خو' صاف ستھرے' مگر ہر معاملہ میں اپنے بڑوں پر انحصار کرنے

والے ہوتے ہیں۔ چنانچہ تخلیقی صلاحیتیں صحیح طور پر پروان نہیں چڑھ پاتیں۔

○ معاشرتی رکھ رکھاؤ اور مجلسی آداب سے متصف ہوتے ہیں اور ان کے بارے میں بڑے حساس و محتاط۔

○ شاذو نادر ہی انہیں ایسا غصہ آتا ہے کہ جارحیت پر اتر آئیں۔

○ بڑے مطیع و فرمانبردار ہوتے ہیں۔ لیڈر بننے سے گھبراتے ہیں۔

○ بڑے سلجھے ہوئے اور رکھ رکھاؤ والے ہوتے ہیں چنانچہ بے تکلف دوستیاں نہیں کرتے۔

محبت + بے لگام آزادی

○ بچے چست' معاشرتی طور پر بڑے نمایاں' تخلیقی صلاحیتوں سے متصف مگر بدتمیزی کی حد تک تیز طرار ہوتے ہیں۔

○ لیڈر بننے کے لیے ہروقت تیار رہتے ہیں۔

○ آداب کا کچھ زیادہ لحاظ نہیں کرتے بلکہ خود کو ان سے بالاتر خیال کرتے ہیں۔

○ انداز اکثر ہی جارحانہ ہوتا ہے کیونکہ خلاف طبع بات قطعاً" برداشت نہیں کر سکتے۔

○ خود پر کسی طرح کی پابندی برداشت نہیں کر سکتے۔

○ بہت جلد خودمختار ہو جاتے ہیں۔ دوستیاں کرنے میں ہوشیار اور تیز ہوتے ہیں۔

اب ذرا ان بچوں کو دیکھیے جنہیں ایک نفرت انگیز ماحول میں زندگی گزارنا پڑی۔

نفرت + نظم و ضبط کی سخت پابندی

○ بچہ ذہنی دباؤ کا شکار رہتا ہے جس کے باعث کئی نفسیاتی مسائل پیدا ہوتے ہیں۔ عام طور پر اپنے ہم عمروں میں شرمیلا اور پیچھے پیچھے رہنے والا ہوتا ہے۔ تاہم لڑائی کی نوبت آئے تو خاصا لڑاکا ہوتا ہے۔

- اکثر اپنا غصہ خود پر ہی نکالتا ہے حتیٰ کہ بعض اوقات خود کو سخت مشکلات میں پھنسا لیتا ہے۔
- کوئی ذمہ داری سنبھالنے سے گریز کرتا ہے۔

نفرت + آزادی

- ایسے بچوں کا انداز سخت جارحانہ ہوتا ہے۔
- معاملات میں وہ کسی کو خاطر میں لانے والے نہیں ہوتے۔
- اوائل نوجوانی میں بے راہ روی کا شکار ہو جاتے ہیں اور مجرمانہ طرز عمل اختیار کر لیتے ہیں۔ اپنی محرومیوں کا بدلہ دوسروں سے لینے کی کوشش کرتے ہیں ایسے بچے معاشرہ کے لیے نہایت خطرناک ثابت ہوتے ہیں۔

متوازن اور عمدہ شخصیت کی تعمیر میں محبت' آزادی' نظم و ضبط کی پابندی تینوں کا توازن بڑا اہم ہے۔ اس توازن کا قیام ہی اصل امتحان ہے۔ والدین اس امتحان میں کامیاب ہو جائیں تو قوم کو عمدہ افراد کا تحفہ دے سکتے ہیں۔

نظم و ضبط کیسے؟

نظم و ضبط سکھانے کے لیے تین قسم کے طرز عمل اختیار کیے جا سکتے ہیں۔

ا۔ حاکمانہ طرز عمل

ہر وقت حکم چلانا اور بچے کو مجبور کرنا کہ وہ اطاعت پر آمادہ رہے۔ اپنی مرضی سے کوئی کام نہ کرے بلکہ جیسا کہا جا رہا ہے بس وہی کرے۔ حکم دینے والے چاہیں تو کھیلے نہ چاہیں تو نہیں' لباس ان کی مرضی کا پہنے' کھانا ان کی مرضی کا کھائے وغیرہ وغیرہ۔ یوں دراصل ایک بیرونی قوت مسلسل بچے پر اثرانداز ہو رہی ہے اب اس بیرونی قوت کا حکم ہزار محبت و شفقت پر مبنی ہو بچے کی حیثیت کٹھ پتلی سے زیادہ نہیں ہو گی۔

حکم دینا بعض اوقات ضروری بھی ہو جاتا ہے۔ یہ ضروری ہے کہ بچے بڑوں کی اطاعت کریں اور ان کے ساتھ احترام کا رشتہ برقرار رہے۔ لیکن "حاکم" کے لیے ضروری ہے کہ وہ دیکھے کب کون سا حکم دینا بچے اور معاشرے کے مفاد میں ضروری ہے۔ کس معاملہ میں بچے کو آزادی دی جا سکتی ہے۔

مثلاً بچہ اپنی پسند کے رنگ کا لباس پہننا چاہتا ہے اس میں بڑوں کو اپنی مرضی مسلط کرنا کیا ضروری ہے؟ ہاں البتہ' آپ بچے کو ایسا لباس پہنانا چاہتے ہیں جس میں اسلام کی مقرر کردہ حدود پامال نہ ہوں تو آپ بچے کو بتایئے کہ "بیٹے آپ نیکر نہ پہنیں' پینٹ یا شلوار اور قمیض پہنئے کیونکہ اللہ تعالیٰ کو ستر والا لباس پسند ہے۔" لیکن شلوار قمیض اسے اپنی مرضی کی پہننے کی آزادی ہونا چاہیے اس پر اپنی پسند نہ ٹھونسیں۔ اسی طرح لڑکیوں کے معاملہ میں یہ ضرور حکم دیجئے کہ وہ فراک یا قمیض شلوار پہنیں کہ اس میں حیا کی حدود کی پاسداری ہوتی ہے۔ اسے پوری آستینوں والا فراک قمیض مہیا کیجئے لیکن ڈیزائن' رنگ وغیرہ کے چناؤ میں بچے کو پوری آزادی ہونی چاہیے۔

یہی معاملہ کھانے کا ہے' کھانا اس کے سامنے پیش کر دیجئے' ممکن ہو تو اس کی پسند کی ڈش بنا دیجئے لیکن پھر اسے آزادی دیجئے وہ جتنا کھانا چاہے کھائے۔ اب اس معاملہ میں اپنے حساب کے مطابق مقدار یا چیز کھلانا درست نہیں ہو گا۔

۲۔ جمہوری طرز عمل

جمہوری سوچ دراصل ایک اندرونی کنٹرول کا نام ہے۔ اگر جمہوریت کے شوق میں بالکل آنکھیں بند ہی کر لی جائیں کہ بچہ جو چاہے کرے آج غلط کرتا ہے تو کل بڑا ہو کر خود ہی سمجھ جائے گا اور ٹھیک کر لے گا تو اس طرح جو نتائج برآمد ہوں گے اسے مکمل آزادی کے تحت ہم دیکھ ہی چکے ہیں۔ ایک خود سر' بے لحاظ اور بدتمیز شخصیت!

۳۔ ڈانٹ ڈپٹ اور سزا

ڈانٹ ڈپٹ اور سزا کہاں اور کس قدر ضروری ہے۔ اس کا ذکر تو تفصیل سے ہو گا۔ فی الحال اتنا جاننا کافی ہے کہ ہروقت کی ڈانٹ ڈپٹ اور سزا کا خوف بچے کو ایک مستقل خوف میں مبتلا کر دیتا ہے جس سے اس کا ذہن پریشان اور پراگندہ ہو جاتا ہے وہ مستقل طور پر عدم تحفظ کا شکار رہتا ہے یوں ایک ڈرپوک اور گھٹی گھٹی سی شخصیت تشکیل پاتی ہے۔ اس کی قوت فیصلہ ختم ہو کر رہ جاتی ہے۔ لیکن جونہی وہ موقع پاتا ہے ردعمل کے جذبات ابھر آتے ہیں اور وہ بڑی جلدی جارحانہ طرز عمل اختیار کر لیتا ہے منفی سرگرمیوں میں ملوث ہو جاتا ہے اور انتقامی کارروائیاں کرنے لگتا ہے۔

تربیت کی اہم ضروریات

گھر کے ماحول اور بڑوں کے طرزِ عمل میں چند بنیادی اوصاف کا ہونا بہت ضروری ہے۔

- گھر کا خوشگوار ماحول
- باہمی خوشگوار تعلقات
- رہنمائی ــــــ مثبت' مناسب' اخلاقی و مذہبی تربیت
  الف۔ انعام ــــــ مگر رشوت نہیں
  ب۔ سزا ــــــ مگر عزت نفس مجروح نہ ہو۔
- اصولوں پر استقامت

گھر کا خوشگوار ماحول

تربیت اطفال میں گھر کا خوشگوار ماحول اہم ترین ضرورت ہے۔ گھر کا ماحول خوشگوار بنانے میں افراد خانہ کا باہمی اعتماد و احترام سب سے اہم ہے۔ ایک دوسرے کی بات توجہ اور احترام سے سننا' غیرضروری بحثوں سے بچنا' ایک دوسرے پر تنقید اور طعن و تشنیع کے بجائے مختلف امور میں متحدہ اور یکساں پالیسی اختیار کرنا ضروری ہے۔

گھر کے ماحول میں تناؤ کی کیفیت ساری زندگی کے لیے بچے کی شخصیت کو مسخ کر کے رکھ دیتی ہے۔ خاندانی جھگڑے' طلاق' ماں کا گھر سے باہر رہنا مسائل میں اضافہ کرتے ہیں۔

گھر کے ماحول کو خوشگوار بنانے میں ماں اور باپ دونوں ہی کا حصہ ہے۔ اسلام نے گھر یا خاندان کو معاشرے کی انتظامی اکائی گردانا ہے۔ اس اکائی کا سربراہ باپ ہے اس انتظامی اکائی کی مضبوطی معاشرہ کو مضبوط کرتی ہے۔ اس اکائی کا خوشگوار ماحول' پورے معاشرے کو خوشگوار بناتا ہے۔ چنانچہ اس اکائی کے استحکام کے لیے اس میں شامل ہر فرد پر بڑی اہم ذمہ داریاں عائد ہوتی ہیں۔

سربراہ خاندان کی حیثیت تسلیم کی جائے۔ اس کے احکام اور ہدایات پر توجہ دی جائے۔ اس کے اختیارات میں بے جا مداخلت سے گریز کیا جائے۔ سربراہ خاندان باہمی معاملات میں اہل خانہ کے مشورے اور رائے کو مدنظر رکھے' حقوق کی ادائیگی اور فرائض کی انجام دہی کا شعور بیدار رہے' ایک دوسرے کا دل خوش کرنے کا اہتمام ہو۔ زبان اور ہاتھ سے کسی قسم کے تکلیف دہ فعل سے اجتناب کیا جائے۔ خوشگوار تعلقات کے لیے اسلام کی ہدایات بڑی گرانقدر ہیں' ان کا تفصیلی علم اور ان پر عمل اس معاملہ میں مفید اور مددگار ثابت ہوتا ہے۔

خوشگوار تعلقات کی ایک اہم شق یہ ہے کہ گھر کے ہر فرد کو اہم سمجھا جائے۔ ہر ایک کو پوری توجہ ملے کسی کو یہ احساس نہ ہو کہ اسے نظرانداز کیا جا رہا ہے۔

اسلام یہ پسند کرتا ہے کہ دن کا کچھ حصہ افرادخانہ مل بیٹھ کر گزاریں۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم اپنے افراد خانہ اور بچوں کے ہمراہ ہر روز کچھ وقت ضرور گزارتے۔ باہم مل بیٹھنے کا ایک موقع دسترخوان پر ہوتا ہے۔ اسلام یہ لازم تو نہیں ٹھہراتا کہ کھانا ضرور مل کر ہی کھایا جائے لیکن اس کے لیے پسندیدگی کا اظہار کیا گیا ہے۔ بزرگوں کا قول ہے کہ مل کر کھانے میں برکت ہوتی ہے۔ یہ برکت کیا ہے؟ افراد خانہ کی باہم محبت' قربت' اعتماد' مل کر کھانا خاندان کے باہمی ربط کو مضبوط رکھنے کا ایک اچھا ذریعہ ہے۔ بچوں کی تربیت کے لحاظ سے باہم مضبوط ربط و تعلق اہم ضرورت ہے۔ کھانے کے

وقت ذہن دیگر پریشانیوں سے آزاد اور پرسکون ہوتا ہے۔ ہر شخص بے تکلفی سے اظہار خیال کر سکتا ہے۔ اس موقع پر بچوں کی گفتگو' ان کے اطوار' آداب سب کا بڑی اچھی طرح مشاہدہ کیا جا سکتا ہے۔ ان کے خیالات سننے کا یہ بڑا اچھا موقع ہے۔ انہیں صبر' سکون' دوسروں کا خیال رکھنے' اپنی پسند کی قربانی دینے اور بے شمار دوسرے آداب کی تربیت دینے کا یہ بہترین وقت ہے۔

ماحول خوشگوار بنانے اور بچوں کی متوازن تربیت کے لیے ماں اور باپ دونوں کی موجودگی اور دلچسپی بے حد ضروری ہے۔ ہر انسان توجہ مانگتا ہے لیکن بچوں کے معاملہ میں تو یہ ایک بنیادی ضرورت ہے۔ بچہ چاہتا ہے کہ اسے توجہ دی جائے۔ چنانچہ ذرا سی توجہ پانے پر مسکرانے لگتا ہے پھر دوسرے تیسرے مہینہ میں ہی جب اس کی گفتگو ابھی محض غوں غاں تک ہی محدود ہوتی ہے وہ پسند کرتا ہے کہ اس کی سنی جائے' اس کے ساتھ باتیں کی جائیں۔ اس دور میں اسے مناسب توجہ نہ ملے' بڑے اپنی مصروفیات میں گم ہوں وہ ایک جانب خاموش یا الگ تھلگ پڑا ہو تو اس کی ذہنی صلاحیتیں دب کر رہ جاتی ہے۔ اس کی اوں آں غوں غاں کا جواب دیا جائے اس کے فہم کے مطابق اس سے چھوٹی چھوٹی باتیں کی جائیں تو اپنی زبان میں' گفتگو میں شرکت کرتا ہے خود کو نظرانداز ہوتا محسوس کرے تو چیخ چلا کر دوسروں کو متوجہ کرنے کی کوشش کرتا ہے مستقل طور پر بڑوں کا ایسا ہی رویہ دیکھے تو آہستہ آہستہ اپنے آپ میں گم رہنے لگے گا۔ حتیٰ کہ یہ احساس محرومی ساری زندگی اپنا اثر دکھاتا رہے گا۔

جوں جوں بچے شعور کی عمر کو پہنچتے ہیں وہ زیادہ سے زیادہ ایسی حرکتیں کرتے ہیں کہ نظروں میں آ سکیں۔ عام مشاہدہ ہے کہ گھر میں مہمانوں کی آمد یا کسی دوسری طرح کی مصروفیت کے باعث بچہ خود کو نظرانداز ہوتا محسوس کرے تو فوراً کسی نہ کسی بہانے ماں کی توجہ حاصل کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ اسے بے وقت بھوک لگ سکتی ہے

غسل خانہ کی حاجت محسوس ہونے لگتی ہے یا یونہی ضد شروع ہو جاتی ہے۔ ذرا بڑا ہونے پر وہ ایسے مواقع پر اپنی بے مقصد حرکات سے توجہ حاصل کرنے کی کوشش کرنے لگتا ہے اگرچہ ڈسپلن کی خلاف ورزی کے باعث اسے سزا کا اندیشہ ہی کیوں نہ ہو خود کو نمایاں کرنے کی خواہش اس قدر غالب ہوتی ہے کہ سزا کا اندیشہ بھی اس خلاف ورزی سے نہیں روکتا۔ مثلاً خطرناک قسم کے کھیل کھیلنا' خواہ مخواہ شور مچانا' لایعنی گفتگو کرنا وغیرہ' بچہ صرف ماں باپ کی توجہ حاصل کرنے کے لیے یہ سب کچھ کرتا ہے ماں باپ اس کی اس خواہش کو سمجھنے یا پورا کرنے سے قاصر رہتے ہیں تو اس کے شریر یا ڈھیٹ ہونے کے سرٹیفکیٹ جاری ہو جاتے ہیں۔

الف۔ آراء میں ہم آہنگی

خوشگوار ماحول کی ایک اور ضرورت ماں' باپ یا دوسرے بڑے افراد کے مزاج اور ذہن میں باہمی ہم آہنگی ہے۔ والد صاحب ایک بات کہیں' اماں جان اس کے برعکس' دادی اماں کچھ اور! تو بچے کا ذہن پریشان اور پراگندہ ہو کر رہ جاتا ہے۔ بنیادی اصولوں میں گھر کے تمام افراد کی پالیسی ایک ہو تو ذہن پرسکون ہوتا ہے اور بچے کی قوت فیصلہ بہتر طور پر نشوونما پاتی ہے۔ بڑے افراد آپس ہی میں ذرا ذرا سی بات پر الجھ رہے ہوں۔ مثلاً اماں جان ایک لباس پہنانے کی خواہشمند ہیں تو ابا جان کو وہ قطعی پسند نہیں۔ باتیں معمولی ہوتی ہیں لیکن گھر کی فضا' مکدر کرنے کے لیے کافی ہوتی ہیں۔

ب۔ مشترکہ خاندان

مشترکہ خاندانی رہائش کا کردار بھی بچوں کی نشوونما کے معاملہ میں بڑا اہم ہے۔ مشترکہ رہائش کی ایک صورت یہ ہو سکتی ہے کہ دادا' دادی اور دوسرے قریبی رشتہ دار مثلاً تایا' چچا' پھوپھی وغیرہ سب اکٹھے رہ رہے ہوں' ان کا کھانا پینا اکٹھا ہو۔ دوسری

صورت یہ ممکن ہے کہ سب کی رہائش علیحدہ علیحدہ ہو لیکن ان کا باہمی ربط بڑا مضبوط ہو۔ اسلام رہائش کے معاملہ میں قانونی طور پر مشترکہ یا علیحدہ رہائش کی شرط نہیں لگاتا لیکن وہ خاندان کے بندھن کو بڑا مضبوط دیکھنا چاہتا ہے۔ اپنے رب کی وحدانیت پر یقین کے بعد سب سے اہم کام والدین کی اطاعت و خدمت اور عزیز و اقارب سے صلہ رحمی ہے۔ اسلام میں اس مغربی ماحول کا تصور نہیں جس میں میاں بیوی اپنے دیگر عزیز واقارب سے قطعاً" لاتعلق ہو کر الگ تھلگ رہتے ہیں۔ اسلام کی nuclear family اور مغرب کی nuclear family کا تصور ایک دوسرے سے بالکل جدا ہے۔ اسلامی معاشرے میں nucelar family کے ہوتے ہوئے بھی خاندان کے دیگر افراد کا باہمی تعلق اور ربط اس قدر مضبوط ہوتا ہے کہ خاندان کا ماحول بگڑنے نہیں پاتا۔ نسل نو کی تربیت اور پرورش بزرگوں کے زیرسایہ ہوتی ہے تو وہ اپنے تہذیبی ورثے سے ناآشنا اور لاتعلق نہیں ہونے پاتے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم مشفق نانا کی صورت میں کبھی نواسوں کو اپنے کندھوں پر بٹھائے نظر آتے ہیں' کبھی سجدے کی حالت میں ہیں اور ننھے بچے ان کی کمر پر سوار ہیں' کبھی ننھی سی نواسی کو موتیوں کا ہار پہناتے ہیں۔ ایک جانب لاڈ پیار ہو رہا ہے تو دوسری جانب ایک ایک بات میں تربیت کا حق ادا ہو رہا ہے۔ ننھے معصوم بچوں کو "جنت کے جوانوں" کا سردار بننے کے لیے تیار کیا جا رہا ہے۔

گھر میں کسی بزرگ کی موجودگی بچوں کی ذہنی تربیت میں بڑا اہم اور ٹھوس کردار ادا کرتی ہے۔

بلکہ کہا جاتا ہے کہ اولاد سے زیادہ اولاد کی اولاد سے محبت ہوتی ہے یہ بات کس حد تک درست ہے؟ اس کا فیصلہ کرنا تو مشکل ہے۔ لیکن ایک عام مشاہدہ کی بات ہے کہ نانا' نانی اور دادا' دادی اولاد کی اولاد کو اپنی ہی اولاد خیال کرتے ہیں۔ نانی' دادی کی

حیثیت سے ایک خاتون کو تربیت کرنے کے زیادہ مواقع حاصل ہوتے ہیں۔ اس لیے کہ انہیں محبت کے علاوہ تجربہ بھی حاصل ہے۔ ماں کی نسبت نانی، دادی بچوں کو زیادہ وقت اور توجہ دے لیتی ہیں اور انہیں بچوں کو بات سمجھانے کا گر بھی خوب آتا ہے۔

بچوں کی تربیت سے متعلق تحقیق کرنے والے مغربی محققین بھی اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ مشترکہ یا مضبوط خاندانی نظام بچوں کی تربیت پر نہایت گہرے اثرات ڈالتا ہے۔

مشترکہ خاندانی نظم کے تحت:

- خاندان کے افراد بچے کو ایک محفوظ ماحول مہیا کرتے ہیں۔
- یہ احساس تحفظ بچے کی جسمانی اور ذہنی ضروریات کو بہتر طور پر تکمیل تک پہنچاتا ہے۔
- محبت اور توجہ بچے کی بنیادی ضروریات ہیں، مضبوط خاندانی نظام میں یہ ضروریات زیادہ احسن طریقے سے حاصل ہو سکتی ہیں۔ بچے کو زیادہ لوگوں کی توجہ حاصل ہوتی ہے تو وہ خود کو بہتر طور سے معاشرے کے ساتھ ہم آہنگ کر لیتا ہے کیونکہ اسے معاشرتی توقعات سے آگاہ ہونے میں سہولت ہوتی ہے وہ ان توقعات کو جلد ہی سمجھ جاتا ہے اور ان طریقوں سے آگاہی حاصل کر لیتا ہے جن کے ذریعے وہ ان توقعات پر پورا اتر سکتا ہے۔
- بچے کو مختلف کام سیکھنے اور اپنی دلچسپیاں متعین کرنے میں زیادہ رہنمائی دستیاب ہوتی ہے۔ اس طرح دیکھنے کا عمل تیز ہوتا ہے اور وہ آسانی سے معاشرتی آداب اور رکھ رکھاؤ سے آگاہ ہو جاتا ہے۔
- بڑے خاندان میں رہنے والا بچہ زیادہ جرات مند اور خوداعتماد ہوتا ہے۔ خاندان کی پشت پناہی کا احساس اس کے رویے میں جوش اور حوصلہ پیدا کرتا ہے۔

خاندان کے باہم ربط و تعلق کے ان مثبت اثرات کو حاصل کرنے کے لیے دو بنیادی نکات پر توجہ دینا نہایت ضروری ہے۔

پہلی بات یہ ہے کہ خاندان کے بزرگوں کی رائے میں یکسانیت ہو' بڑوں کے اختلافات بچوں کے ذہن کو منتشر کر دیتے ہیں۔ بالخصوص بچوں کی تربیت کے معاملہ میں بنیادی اصولوں پر اتفاق رائے بڑا ضروری ہے۔ بچوں کی موجودگی میں کسی طرح کے اختلاف رائے' یا کھچاؤ کا اظہار ذہن پر برا اثر ڈالتا ہے۔

دوسری نہایت اہم بات یہ ہے کہ خاندان کے مختلف بچوں کا کسی طرح کا باہم موازنہ نہیں کیا جانا چاہیے' مقابلے اور موازنے میں بہت فرق ہے۔ مختلف صلاحیتوں کو جلا بخشنے کے لیے "وقتاً فوقتاً" مقابلہ کرنے سے تو جذبہ مسابقت پیدا ہوتا ہے لیکن موازنہ کرنا مثلاً "نوشین کی ناک تو بہت تیکھی ہے' اس کی آنکھیں بڑی خوبصورت ہیں' خاندان کا کوئی بچہ اس کا مقابلہ نہیں کر سکتا۔" نوشین اس تعریف سے پھول جائے گی لیکن دوسرے تمام بچوں کے دل میں نوشین کے خلاف ایک جذبہ پیدا ہونے کا بھی امکان ہے۔

اللہ تعالیٰ نے ہر بچے کو منفرد اور دوسرے سے قطعی مختلف بنایا ہے' ہر بچے کی شکل' صورت' صلاحیتیں ایک دوسرے سے مختلف ہیں۔ شکل و صورت پر تبصرے کرنا تو ویسے بھی لغو ہے کہ اس دنیا میں آنے والا ہر فرد اپنے رب کی تخلیق کا شاہکار ہے۔ قطع نظر اس کے کہ ایسے تبصرے اللہ تعالیٰ کے ساتھ تعلقات پر کس طرح اثر انداز ہوتے ہیں' کسی کے رنگ کو خراب اور ناک نقشے کو بھدا کہنے سے بچے احساس کمتری کا شکار ہو سکتے ہیں۔ اسی طرح احساس برتری بھی بڑا ہی منفی جذبہ ہے اور اس کی بنیاد انہی ابتدائی دنوں میں پڑتی ہے۔ احساس کمتری ہو یا احساس برتری ایک مرتبہ جڑ پکڑ لیں تو ساری زندگی اپنے خطرناک اثرات دکھاتے رہتے ہیں۔

بچوں کی علوات اور کامیابیوں کے موازنہ میں بڑی احتیاط کی ضرورت ہے۔ ایک کی تعریف و توصیف دوسرے میں ردعمل کے جذبات پیدا کر سکتی ہے۔ اس کائنات کا ہر فرد اپنی جگہ بے مثال ہے۔ دوسروں سے موازنہ میں بچہ اپنی سبکی محسوس کرتا ہے مثلاً کوئی بچہ جلد چلنے لگتا ہے' کوئی دیر میں' کوئی باتیں جلد شروع کرتا ہے کوئی اس معاملہ میں خاصا پیچھے رہ جاتا ہے۔ اب اگر بڑے اس انداز کے موازنے شروع کر دیں:

اوہ! جمیل ابھی تک نہیں چلتا سال سے اوپر ہو گیا ہے' عالی نے تو نو ماہ کی عمر میں چلنا شروع کر دیا تھا اور گڑیا تو اس عمر میں اتنی باتیں کر لیتی تھی۔"

اب اگر کوئی یہ سمجھتا ہے کہ جمیل کو کون سا کوئی بات سمجھ آ رہی ہے کہ وہ اس میں اپنی سبکی یا ہتک محسوس کرے گا تو یہ نری خام خیالی ہے۔ ایسے تبصرے اور موازنے ردعمل کے ایسے جذبات پیدا کر دیتے ہیں کہ پھر ان پر قابو پانا بہت مشکل ہو جاتا ہے۔

والدین اور بچوں کے باہمی خوشگوار تعلقات

خوشگوار ماحول کی ایک اہم ضرورت والدین اور بچوں کے باہمی تعلقات کا خوشگوار ہونا ہے۔ اب کبھی تو امی جان کا موڈ اتنا اچھا ہو کہ واری اور صدقے جائیں اور کبھی ذرا سی بات پر خفا ہو کر ڈانٹ ڈپٹ شروع ہو جائے۔ غصہ کسی اور پر ہو' نکلے ننھی سی جان پر۔ اکثر خاندانی جھگڑوں' کام کی زیادتی یا بیرون خانہ ذمہ داریوں کے باعث ماں کا اپنا مزاج اس قدر نازک ہو جاتا ہے کہ وہ بچے کی معصوم حرکات سے لطف اندوز ہونے کے بجائے بچے سے نامناسب سلوک پر آمادہ ہو جاتی ہے۔

اگر کبھی بچے کا رویہ نامناسب بھی محسوس ہو رہا ہو تو اس امر کا جائزہ لینا ضروری ہے کہ بچہ کسی ذہنی دباؤ کے باعث ردعمل کے طور پر تو ایسا نہیں کر رہا؟ مثلاً بچے کے رویے میں اکثر مسائل' مصروفیت کے اوقات میں سامنے آتے ہیں۔ ماں کی مصروفیات

اور عدم توجہی بذات خود بچے کو ایک دباؤ کی کیفیت میں مبتلا کر دیتے ہیں۔ پھر سکول جانے کی عمر میں سکول جانے اور واپسی کے اوقات نہایت دباؤ کے ہیں۔ چنانچہ بچے کے مزاج میں اکثر مسائل انہی اوقات میں نظر آتے ہیں۔

صبح سکول جانے کی تیاری میں ایک ہنگامہ برپا ہوتا ہے۔ ناشتہ میں ہزار نقص نکل آتے ہیں۔ کوئی چیز اچھی نہیں معلوم ہوتی۔ دوپہر سکول سے واپسی پر یونیفارم کی تبدیلی ایک مسئلہ بن جاتی ہے۔ رات سونے سے پہلے بھی کچھ ایسی ہی صورت دیکھنے میں آتی ہے۔ ایسے مواقع پر بچے کے ذہنی دباؤ کو کم کرنے کی تدابیر سوچنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ بچوں کے ساتھ بڑے بھی اپنا مزاج برہم کر لیں تو بے شمار نفسیاتی مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

رہنمائی

بچے کی تعلیم و تربیت میں، اصول و ضوابط سکھانے میں، معاشرہ کی توقعات پر پورا اترنے کے لائق بنانے میں سب سے اہم بات یہ ہے کہ بچے کو ہر لحہ پوری توجہ ملے تاکہ ہر معاملہ میں فوری رہنمائی دی جا سکے۔ نئی نئی باتیں سیکھنے، نئے نئے کام کرنے میں مناسب رہنمائی، حوصلہ افزائی اور تربیت نہایت ضروری ہے۔ پیار محبت سے سمجھائی ہوئی بات، حکیمانہ طرز تعلیم ذہن پر انمٹ نقش چھوڑتے ہیں۔

رہنمائی کا کام جس قدر اہم ہے، اسی قدر کٹھن ہے۔ رہنمائی کا یہ مطلب نہیں کہ ہر وقت بچے پر نقد و جرح ہوتی رہے۔ اصل رہنمائی تو وہ ہے جس میں اچھے کام پر تحسین اور غلطی پر مناسب انداز میں اصلاح ہو۔

رہنما کے اوصاف

رہنما کی سب سے اہم صفت یہ ہے کہ اس کا دل پیار، محبت، شفقت، ہمدردی

اور خلوص سے بھرا ہوا ہو۔ ماں باپ فطری طور پر ان صفات سے متصف ہوتے ہیں۔ ان کی شفقت کا تقاضا ہے کہ ان کا بچہ عمدہ آداب سے آراستہ' بہترین زیور تعلیم سے بہرہ ور اور معاشرے میں نمایاں مقام پر فائز ہو۔

رہنما کی دوسری خصوصیت یہ ہے کہ وہ جس معاملہ میں رہنمائی دے رہا ہے خود اس بارے میں اسے پورا شرح صدر حاصل ہو۔ باپ بچے کو سچ بولنے کی عادت میں راسخ دیکھنا چاہتا ہے تو اسے خود یہ عادت اپنے اندر پختہ کرنا ہو گی۔ اسے سچائی کا نمونہ بننا ہو گا۔ سچ کی برتری پر ایسا پختہ یقین حاصل کرنا ہو گا کہ وہ کسی صورت میں بھی جھوٹ کو قبول کرنے والا نہ ہو۔ اگر ایسے لطیفے سرزد ہونے لگیں کہ۔

"ابو کہہ رہے ہیں وہ گھر پر نہیں ہیں۔"

تو ایسے ابو بیٹے کو سچائی کی تلقین کیونکر کر سکیں گے۔

رہنما کی تیسری خصوصیت یہ ہے کہ اس کی رائے ڈانواں ڈول نہ ہو۔ وہ اپنی رائے پر ثابت قدم رہ سکتا ہو۔

چوتھی خصوصیت یہ کہ اس کا بچوں سے سلوک ہرحال میں یکساں ہو' سب بچوں کے درمیان مساوات کا رویہ ہو ایک بچے کو ایک غلطی پر ٹوکا جا رہا ہو اور دوسرے کو نظرانداز کر دیا جائے تو یہ رویہ دونوں بچوں کے لیے خطرناک ثابت ہوتا ہے۔

رہنما کی ایک اور اہم خصوصیت یہ ہے کہ اس میں بے پناہ تحمل ہو۔ جلد غصے میں آنے والا رہنما درست اور پراثر رہنمائی نہیں کر پاتا۔

بچوں کے معاملہ میں یہ بات اور بھی زیادہ اہم ہے کہ انہیں دیکھنے کے ساتھ ساتھ سنا جانا بھی بہت ضروری ہے۔ سننے کے لیے زبردست تحمل درکار ہوتا ہے۔ پوری توجہ اور غور سے ایک بات سن کر' اس کا جائزہ لے کر' ٹھنڈے دل و دماغ سے

غوروفکر کے بعد کسی ردعمل کا اظہار کیا جانا چاہیے۔ "بچہ" ایک صاحب الرائے ہستی ہے۔ اس کی رائے' مطالبہ یا کہانی آپ کو کتنی ہی بے سروپا کیوں نہ دکھائی دیتی ہو' اس کا احترام ضروری ہے۔ اس کو توجہ دینا اس کا حق ہے۔ اس کی بات کو نظرانداز یا رد کرنے کی پالیسی درست نہیں۔ اس کی کوئی بات ٹھیک معلوم نہیں دیتی تو نرمی سے حکمت سے اس کی درستی کی ضرورت ہے۔ بات کرنے میں اس کی حوصلہ افزائی کیجئے۔ آپ کی حوصلہ افزائی اس کو جرات مند بنانے میں مددگار ہوگی۔ اسے امت مسلمہ کا قیمتی اثاثہ بنائے گی۔

ماں باپ کے لیے بہت ضروری ہے کہ وہ نہ صرف بچے کے عمل بلکہ اس کی سوچوں تک سے واقف ہوں۔ وہ کسی معاملہ کے بارے میں کیا رائے رکھتا ہے' کیا کرنے کا خواہشمند ہے' کیا پروگرام بناتا ہے' وہ کوئی کام کیوں کرنا چاہتا ہے۔

اس کی سنی نہیں جائے گی تو نہ صرف اس کی شخصیت گھٹ کر رہ جائے گی بلکہ ماں باپ اور اس کے درمیان فاصلے پیدا ہو جائیں گے۔ ہر شخص کی فطرتاً" یہ خواہش ہوتی ہے کہ کوئی ایسی شخصیت ہو جس تک وہ اپنے دل کی بات پہنچا سکے۔ یہ خواہش زندگی کی ابتدا ہی سے انسان کو ودیعت ہوتی ہے۔ چنانچہ گھر میں کوئی ایسا ہمدرد اور مشفق شخص نہ ملے جس تک بات پہنچائی جا سکے تو گھر سے باہر تلاش شروع ہو جاتی ہے۔ بچے کو اگر یہ احساس ہونے لگے کہ گھر میں اس کی سنی نہیں جا رہی تو وہ گھر کے ماحول سے' والدین سے دور ہوتا چلا جائے گا۔ پھر والدین کچھ نہیں جان پائیں گے کہ ان کا بچہ کیا سوچتا ہے کس ماحول میں رہ رہا ہے' اس کا حلقہ احباب کیا ہے؟ نوبت اس حد تک پہنچ جائے تو پھر نسلوں کا بعد (generation gap) شدت اختیار کر جاتا ہے اور چھوٹوں پر بڑوں کا کنٹرول ختم ہو کر رہ جاتا ہے۔

بچے سکول جانا شروع کریں تو سکول کی ہر بات آ کر بتانا چاہتے ہیں۔ اساتذہ کی باتیں' ان کے لباس پر تبصرے' ان کے انداز و اطوار پر تبصرے' سہیلیوں اور دوستوں کی باتیں' ہر روز ان کے پاس سنانے کو لمبی کہانیاں ہوتی ہیں۔ یہ کہانیاں محض صبروسکون سے ہی نہیں پوری دلچسپی سے سنی جانی چاہئیں۔ بچوں کی ان کہانیوں اور تبصروں میں ہی ان کا اندرون جھلکتا ہے۔ اسی اندرون کی تربیت کی جانی ہے۔ اس اندرون میں خوب جھانک کر دیکھا نہیں جائے گا تو اس کے حسن و قبح سے آگاہی کیونکر ہو گی۔

رہنمائی کے امور

نظم و ضبط کے جن اہم امور میں بچے کو رہنمائی درکار ہے وہ یہ ہیں:

۱۔ معاشرہ میں آداب کی تعلیم

۲۔ ناپسندیدہ امور سے بچنے کی تعلیم

۳۔ تعلیمی کردار کی تشکیل

رہنمائی میں یہ بات بڑی اہم ہے کہ جس کی رہنمائی کرنا مقصود ہے اس کی ذہنی سطح کا لحاظ رکھا جائے۔ بچے سے بات اس کے فہم کے مطابق نہیں کی جائے گی تو رہنمائی کا مقصد حاصل نہیں ہو پائے گا۔ رہنمائی پہلے روز ہی سے شروع ہو جاتی ہے۔ رہنمائی میں زبان سے زیادہ عمل' موثر ہوتا ہے مثلاً ماں دودھ پلاتے ہوئے بسم اللہ پڑھتی ہے تو خود بچے کو بھی بسم اللہ کی عادت ہو جائے گی۔

لوری کے لیے بے مقصد الفاظ کے بجائے اللہ اللہ کرنا' کلمہ کا ورد کرنا! یہ ورد بلند آواز میں لہک لہک کر کیا جائے تو بچے کو متاثر کرتا ہے اور پھر اس کلمہ سے اس کا تعلق اس کے تحت الشعور میں مضبوط جڑ پکڑ لیتا ہے۔ بچے کو آواز کا زیروبم متاثر کرتا

ہے' زیروبم کے ساتھ الفاظ بھی پاکیزہ ہوں تو یقیناً اس کے اثرات بھی پاکیزہ ہوں گے۔

امور سنت کی تعلیم ابتدا ہی سے اس طرح دی جانی چاہیے کہ وہ عادت ثانیہ بن جائیں۔ دائیں جانب کی فوقیت کی بات ہے تو بچے کو نیپی (nappy) پہناتے ہوئے بھی اس کے دائیں جانب پہلے اور بائیں جانب بعد میں کلپ لگائیں۔ پاکیزگی کی تعلیم دینے کے لیے ابتدا ہی سے بچے کو استنجے کی عادت ڈالنی چاہیے۔

تعلیم و تربیت میں کہنے کے بجائے کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ بچے کو تحمل سکھانا چاہتے ہیں تو اس کے سامنے خود تحمل کا مظاہرہ کیجیے' اسے شائستہ اطوار کی تعلیم دینا ہے تو خود شائستگی کا مظاہرہ کیجیے۔ اس کی زبان کو نازیبا الفاظ کی ادائیگی سے محفوظ رکھنا چاہتے ہیں تو خود اپنی زبان ایسے الفاظ کی ادائیگی سے پاک رکھیے۔

بچے کی تربیت میں سب سے اہم حصہ اس گود کا ہے جس میں وہ پرورش پا رہا ہے۔ اسلام گود کی پاکیزگی کو اتنی اہمیت دیتا ہے کہ اگر کسی آیا کا بندوبست بھی کرنا ہو تو فقہاء اسلام نے اس کے لیے بڑی مفصل ہدایات دی ہیں۔ ان میں اس کی دین داری' تقویٰ' زبان کی پاکیزگی' لباس اور رہن سہن کی صفائی اہم امور ہیں۔ ان اوصاف سے متصف آیا ملے تو بچے کو اس کے حوالے کیا جانا چاہیے ورنہ مناسب نہیں۔

عمدہ اخلاق کی تعلیم

بچے کی تربیت میں سب سے اہم بات عمدہ اخلاق کی تعلیم ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے باپ کی طرف سے بچے کے لیے بہترین عطیہ قرار دیا۔ آپؐ خود بھی ہمیشہ دعاگو رہتے:

اللھم احسن خلقی کما احسنت خلقی

"اے اللہ! آپ میرا خلق بھی ایسا اچھا بنائیے جیسا اچھا آپ نے مجھے تخلیق فرمایا"

بچے کو ابتدا ہی سے ان کاموں سے روشناس کروانا چاہیے جو پسندیدہ ہیں۔ اپنے رب کی نگاہوں میں پسندیدہ اعلیٰ اخلاقی فضائل کی تعلیم اور رذائل سے نفرت تاکہ ان سے بچنے کی کوشش کی جا سکے۔ رہنمائی کا منصب گھر کے ہر بزرگ کا ہے۔ اسلام بنیادی طور پر یہ ذمہ داری باپ پر ڈالتا ہے۔

مائیں باپ کی نسبت بچوں سے زیادہ قریب ہوتی ہیں۔ اس قرب کے باعث وہ بچوں کی ضروریات' سہولت' اور جذبات کا بہتر ادراک رکھتی ہیں بچوں کو بھی ماں سے زیادہ انس' بے تکلفی اور اعتماد ہوتا ہے اسلام اس حقیقت کا بخوبی ادراک رکھتا ہے۔ اپنے ماں کے اس کردار کی اہمیت کے باعث اس فرض کی ادائیگی میں اس کو سہولت دینے کے لیے اسے بیرون خانہ تمام ذمہ داریوں سے سبکدوش کر دیا گیا۔ اس پر معاش کی ذمہ داری نہیں اس پر مسجدوں میں حاضری کی ذمہ داری نہیں' میدان جنگ میں شرکت کی ذمہ داری نہیں! یہ سب اس لیے ہے کہ ماں گھر کے محاذ پر پوری یکسوئی اور دلجمعی سے اپنے فرائض ادا کر سکے۔ دوسری جانب مرد بھی گھر کے سکون اور اولاد کی تربیت کے معاملہ میں مطمئن ہو کر ہی معاش و جہاد اور اجتماعی عبادات وغیرہ کی ذمہ داریاں بخوبی ادا کر سکتا ہے۔

سید مودودیؒ نے بچوں کی تربیت کی اہمیت کو اجاگر کرتے ہوئے گھر کو انسان کی تیاری کا کارخانہ قرار دیا ہے۔ یہاں ایک نسل تیار ہو رہی ہے ایک تہذیب پنپ رہی ہے۔ اس لیے اس بنیادی اکائی کی مضبوطی کو اسلام سب سے اہم قرار دیتا ہے۔

عمدہ اخلاق کی تربیت ہر لمحہ جاری رہتی ہے۔ اس دنیا میں بچے کی آمد کے فوراً بعد بچے کو خوش دلی سے خوش آمدید کہئے۔ "السلام علیکم" سے اس کے کان آشنا ہوں' اذان کی آواز کو وہ پہچان لے۔ گود میں دودھ پلاتے ہوئے لباس تبدیل کرتے ہوئے حتیٰ

ہر معاملہ میں بچے کی تربیت ہو سکتی ہے۔ بچہ قدرت گفتار نہیں رکھتا لیکن اس کی بصارت' اس کی سماعت بڑی گہری ہے۔ اسلام مسکرا کر دیکھنے کو نیکی قرار دیتا ہے۔ اس لیے کہ اس میں خیرسگالی کے بے پناہ پیغام پوشیدہ ہوتے ہیں۔ دوسروں سے کہیں زیادہ آپ کا بچہ اس کا مستحق ہے بچے کے ساتھ معاملہ کرتے ہوئے اپنا مزاج خوشگوار رکھئے۔ آپ کا مسکراتا چہرہ' آپ کے چھوٹے چھوٹے جملے مثلاً

"میرا بیٹا جنت کے باغ کا پھول ہے' اللہ میاں کا تحفہ ہے' یا میری فاطمہ پیاری سی گڑیا ہے وغیرہ اور کچھ نہیں تو بچے کو گود میں لے کر ہوں ہاں کرنا' اس کی غوں غاں سننا بھی اس کو مطمئن کرنے کو کافی ہے۔ دو تین ماہ کا بچہ بھی اپنے سے کی گئی باتوں کو غور سے سنتا اور ان کا جواب دینے کی کوشش کرتا ہے۔

لوری

دودھ پلاتے ہوئے' سلاتے ہوئے' "لوری" کا اہتمام بچے کے ساتھ ایک اور خصوصی تعلق ہے۔ ہمارے بزرگوں نے "لوری" کو بھی عبادت سمجھتے ہوئے خصوصی توجہ کا مستحق گرداناہے۔ وہ یہ پسند نہیں فرماتے کہ یہ عبادت لایعنی الفاظ سے عبارت ہو۔ مثلاً

"اک اک تارا ٹمٹمو تارا   دو دو تارے ٹمکو تارے" وغیرہ۔

مسلم معاشرہ میں ماؤں کو بڑی عمدہ لوریاں تعلیم کی گئی ہیں جن میں اللہ کا ذکر ہے' اچھے امور کی تعلیم ہے۔ ماں لہک لہک کر "اللہ اللہ! حق اللہ! حق پاک اللہ لاالٰہ الا اللہ" کہتی رہے تو آواز کا زیروبم اور شیرینی بچے کو سکون بخشتے ہیں۔ اس سکون میں مزید اضافہ کرنے کے لیے آہستہ آہستہ اس کا سر اور جسم سہلایئے سونے سے پہلے بچے کے ساتھ پیار محبت والا یہ سکون انگیز رویہ اسے ایک پرسکون نیند بخشے گا۔ زندگی کی یہ پرسکون ابتداء اسے زندگی بھر مسکن ادویات سے نجات بخش سکتی ہے۔

ایک لوری

حسبی ربی جل اللہ مافی قلبی غیر اللہ
نور محمد صلی اللہ لا الہ الا اللہ
حسبی ربی جل اللہ
مافی قلبی غیر اللہ
رب ہے کافی جل اللہ کچھ نہیں دل میں غیر اللہ
کہہ دے بچے صلی اللہ لا الہ الا اللہ
حسبی ربی جل اللہ
مافی قلبی غیر اللہ
حق ہی خالق ہے واللہ بن میرے بچے اہل اللہ
نور محمدؐ صلی اللہ! پڑھ لے بچے بسم اللہ
حسبی ربی جل اللہ
مافی قلبی غیر اللہ
اب تو سو جا ہو گئی شام لے کر بچے اللہ کا نام
میرے ننھے کر آرام بعد اس کے کر یہ کلام
حسبی ربی جل اللہ
مافی قلبی غیر اللہ
پیارے بچے رہ دلشاد تجھ سے ہو یہ گھر آباد
خالق کی ہے تو ایجاد ننھے بچے کر لے یاد
حسبی ربی جل اللہ
مافی قلبی غیر اللہ

چندا ماموں گولا ہے اس میں بیٹھی بڑھیا ہے
بادل روئی کا گالا ہے چرخ کا چرخا چلتا ہے

حسبی ربی جل اللہ
مافی قلبی غیر اللہ

حق کا جلوہ ہے ہر سو جگ میں پھیلی ہے خوشبو
فاختہ کہتی ہے کو کو دن نکل آیا ہاں کہہ تو!

حسبی ربی جل اللہ
مافی قلبی غیر اللہ

ننھے بچے پیارے پھول حامی تیرا حق و رسولؐ
رب ہے خالق یہ نہ بھول ننھے بچے جھولا جھول

حسبی ربی جل اللہ
مافی قلبی غیر اللہ

کہانی

بچہ ذرا بڑا ہوتا ہے تو کہانیوں میں دلچسپی لینے لگتا ہے۔ ڈیڑھ دو برس کے بچے بھی چھوٹی چھوٹی کہانیاں بڑے غور اور دلچسپی سے سنتے ہیں۔ ان کے چہرے کے تاثرات اور توتلی زبان میں چھوٹے چھوٹے سوالات ان کی اس دلچسپی کو بخوبی واضح کرتے ہیں۔

کہانیوں میں بچے کے فہم اور دلچسپی کو پیش نظر رکھنا نہایت ضروری ہے۔ ہر کہانی اپنے اندر ایک پیغام رکھتی ہے۔ بچے کہانیوں کے ذریعے اپنے ذہن میں پیدا ہونے والے سوالات کے جوابات تلاش کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ کوشش یہ ہونی چاہیے کہانی خود بخود بچوں کے جذبہ جستجو کی تسکین کرتی جائے۔ اگر یہ کہا جائے کہ کہانیاں رجحان ساز trendmaker ہوتی ہیں تو غلط نہیں ہو گا۔ ابتداء ہی سے

بامقصد کہانیاں سننے والے بچے اپنی آئندہ زندگی کسی مقصد کے تحت گزارنے کے لیے تیار ہو جاتے ہیں۔ بچے کو قرآنی قصص سناتے ہوئے بتایا جائے کہ یہ قرآن میں سے لی گئی کہانی ہے، تو قرآن پاک پڑھنے کا شوق اور جستجو پیدا ہو گی۔ انبیاء علیہم السلام کی کہانیاں سن کر ان سے محبت اور عقیدت پیدا ہوتی ہے۔ یوں کردار سازی میں کہانی کا اپنا کردار بہت اہم ہے۔

کہانی کی اس اہمیت کو ہر دور میں سمجھا گیا ہے۔ چنانچہ زمانہ قدیم سے بچوں کو کہانیاں سنانے اور ان کے لیے لکھنے کا رواج چلا آ رہا ہے۔ چھوٹے بچوں کو کہانیاں سننے سے زیادہ دلچسپی ہوتی ہے۔ پڑھنا تو وہ بہت بعد میں شروع کرتے ہیں۔ جہاں ماں، دادی، نانی یا کوئی اور بزرگ یہ اہم ذمہ داری انجام دیتے ہیں وہاں نسلوں کی دوری (generation gap) کا مسئلہ پیدا نہیں ہوتا۔ کہانی سنانے والے سے بچے کو ایک ذہنی اور جذباتی وابستگی پیدا ہو جاتی ہے۔ اس میں "بغاوت" اور نافرمانی، کے جراثیم پرورش نہیں پاتے۔ یوں گھر کا ماحول خوشگوار رکھنے میں بھی کہانی کا کردار بڑا اہم ہے۔

عمر کے مختلف حصوں میں بچوں کو مختلف قسم کی کہانیوں کا شوق ہوتا ہے۔ لیکن چند امور جو پیش نظر رکھنا ضروری ہیں وہ یہ ہیں۔

- بچوں کے لیے کہانی میں خوف کا عنصر نہیں ہونا چاہیے۔
- کہانی میں سموئے گئے نظریات حقیقت سے قریب تر ہوں تاکہ بچہ منتشر الخیالی سے محفوظ رہے۔
- کہانی کی زبان عام بول چال کی زبان سے قریب تر ہونا چاہیے۔
- مافوق الفطرت کردار مثلاً جن بھوت وغیرہ کی کہانیاں بچوں کو نہیں سنانی چاہئیں۔ اس سے بچے توہمات کا شکار ہو جاتے ہیں اور خیالی دنیا میں کھوئے رہتے ہیں۔
- کہانی سنتے ہوئے بچے کے ذہن میں کئی طرح کے سوال پیدا ہوتے ہیں۔ اس کے

سوالات آپ کے خیال میں کتنے ہی [illegible] بچے کے
ذہن کو مطمئن کرنے کی کوشش کرنی چاہیے [illegible]
تو سیدھے سادھے الفاظ میں سیدھے سادے طریقے سے ہی مطمئن ہو سکتا ہے
جواب نہ دے سکیں تو بچے کو ٹرخانے یا جھڑکنے کی پالیسی خطرناک ثابت ہو سکتی ہے۔

دو سے تین سال کے بچے جانوروں اور چھوٹے بچوں کی کہانیوں میں زیادہ دلچسپی لیتے ہیں۔ کہانی کا موضوع اور کردار کچھ بھی ہو اس کا مقصد بڑا واضح ہونا چاہیے۔ کہانی مختصر اور نتیجہ خیز ہونا چاہیے۔ کہانی میں اچھائی کو فتح حاصل ہوتی نظر آئے اور برائی مغلوب ہوتی دکھائی دے۔ کہانی اخلاقی فضائل و رذائل ذہن نشین کروانے میں بہت اثر رکھتی ہے۔ مثلاً ڈیڑھ دو سال کا بچہ چڑے چڑیا کی کہانی کو خوب سمجھ لیتا ہے۔ اسے بتایئے:

"ایک چڑا تھا' ایک چڑیا تھی۔ چڑا چاول کا دانہ لایا' چڑیا دال لائی' دونوں نے مل کر کھچڑی پکائی۔ پھر مل کر کھالی۔ دونوں بڑے اچھے تھے مل کر کام کرتے تھے' لڑتے بھی نہیں تھے۔ ان کے ساتھ والے گھر میں ایک کوا اور مینا رہتے تھے۔ ایک دن کوا مینا کے سارے انڈے کھا گیا بڑا برا تھا کوا لالچی کہیں کا!"

کہانی کے مکالمے اور الفاظ روزمرہ کی گفتگو کے مطابق ہوں تو بچے کو سمجھنے اور نتائج اخذ کرنے میں سہولت ہوتی ہے۔ کتابوں میں پڑھی جانے والی کہانیوں میں معمولی ردوبدل کر کے بچے کو حسب منشا صفات ذہن نشین کرانے والی کہانیاں سنائی جا سکتی ہیں۔

کہانی کا موضوع تلاش کرتے ہوئے اس بات کو ذہن میں رکھا جائے کہ آپ بچے کو کس تہذیب کس معاشرے اور کس کردار کے مطابق ڈھالنا چاہتے ہیں۔ بچے کے ذہن کو سمجھ کر اس کے فہم کے مطابق بات کرنے کا ڈھنگ آ جائے تو وہ ہر بات سننے

اور ماننے کو تیار ہوتا ہے۔

کہانی سنانے کے لیے کوئی وقت مخصوص نہیں ہوتا۔ چلتے پھرتے کھانا کھاتے' نہاتے دھوتے غرض کسی بھی وقت کہانی ہو سکتی ہے۔ مثلاً کھانا کھلاتے ہوئے:

آہا! میری بیٹی! ادھر بیٹھ کر کھانا کھائے گی' میری منی بسم اللہ پڑھے گی۔ پھر میں اسے چھوٹے چھوٹے لقمے دوں گی۔ پتہ ہے کیا ہوا؟ ایک دن پیارے نبیؐ کھانا کھانے لگے۔ ان کے پاس ایک منا سا بچہ بھی بیٹھا ہوا تھا۔ وہ بھی کھانا کھانے لگا! اس نے بسم اللہ نہیں پڑھی' پیارے نبیؐ نے اسے بتایا! اچھے بچے' آرام سے بیٹھ کر بسم اللہ پڑھ کر' چھوٹے چھوٹے لقمے لے کر کھانا کھاتے ہیں۔ اور آپ کو معلوم ہے پیارے نبیؐ تو ہمیشہ ہاتھ دھو کر کھانا کھاتے تھے۔"

نہلاتے ہوئے:

"واہ جی واہ! میرا نعمان نہائے گا! پاک صاف ہو جائے گا۔ پیارے نبیؐ کہتے ہیں جو بچے صاف ہوتے ہیں' جن کے منہ ہاتھ صاف ہوتے ہیں وہ اللہ میاں کو بڑے اچھے لگتے ہیں۔ پتہ ہے اللہ میاں خوش ہوں تو کیا دیتے ہیں؟ جی ہاں! مزے مزے کی چیزیں' بڑے بڑے باغ' ان میں جھولے' رنگ برنگی چڑیاں' اور ہاں! وہاں پیارے پیارے پھول بھی ہوں گے۔ فوارے بھی! آہا! کتنا مزا آئے گا۔"

یوں بات ہی بات میں اس "صاحب مطلوب" کی بات کی جائے گی تو بچے کو یہ حقیقت ذہن نشین ہو جائے گی کہ اسے ہر کام اسی طریقہ پر کرنا ہے جیسے پیارے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کیا کرتے تھے۔

اس صاحب خلق عظیم رحمتہ للعالمینؐ سے محبت پیدا کرنے کے لیے ان کی محبت کی کہانیاں سنائیے مثلاً:

" ایک درخت تھا ایک پیاری سی سرخ چڑیا نے اس میں اپنا گھر بنا لیا۔ اللہ میاں

نے اسے ننھے منے دو بچے دیئے' بڑے پیارے سے بچے تھے چوں چوں کرتے بڑے اچھے لگتے تھے۔ ایک دن اس درخت کے پاس بہت سے لوگ آ گئے۔ ایک آدمی نے چڑیا کے ننھے منے بچے دیکھے' اسے بہت اچھے لگے۔ اس نے کہا میں یہ بچے اپنے ننھے سے بیٹے کے لیے لے جاؤں گا۔ وہ انہیں دیکھے گا' ان کے ساتھ کھیلے گا تو بہت خوش ہو گا۔"

"اس نے دونوں بچے اٹھا لیے۔ چڑیا نے دیکھا کہ اس کے بچے آدمی نے اٹھا لیے ہیں تو وہ روتی ہوئی پیارے نبیؐ کے پاس آئی چیں چیں کر کے اس نے پیارے نبیؐ کو بتایا کہ اس کے بچے ایک آدمی نے لے لیے ہیں۔ پیارے نبیؐ نے لوگوں سے پوچھا "چڑیا کے بچے کس نے لیے ہیں؟" آدمی نے کہا: پیارے نبیؐ! چڑیا کے بچے میں نے لیے ہیں' مجھے چڑیا کے لال لال چھوٹے چھوٹے بچے بڑے اچھے لگے میں نے لے لیے کہ میرا بیٹا ان سے کھیلے گا؟ پیارے نبیؐ نے فرمایا: بری بات! چڑیا کے بچے ان کی امی کو دے دو بچے اداس ہو جاتے ہیں' امی بھی اداس ہو جاتی ہے۔"

آدمی بڑا اچھا تھا۔ اس نے پیارے نبیؐ کا کہنا مانا چڑیا کے بچے اس کے گھونسلے میں واپس رکھ دیئے۔

چڑیا نے کہا: "پیارے نبیؐ! آپ کا شکریہ' پیارے نبیؐ کتنے اچھے ہیں۔ کتنے پیارے ہیں۔"

یوں پیارے نبیؐ کے حضور شکایت کرنے والے اونٹ کی کہانی سنائی جا سکتی ہے۔ رونے والے درخت کی کہانی سنا سکتے ہیں' اونٹوں کی دوڑوں کی کہانی سنا سکتے ہیں۔ غار ثور کے دھانے پر انڈے دینے والی کبوتری کی کہانی سنا سکتے ہیں۔ ننھے منے حسنؓ اور حسینؓ کی کہانیاں سنا سکتے ہیں جو پیارے نبیؐ کے کندھوں پر چڑھ جاتے ہیں' ننھی سی امامہؓ کی کہانی سنا سکتے ہیں۔ جنہیں پیارے نبیؐ نے موتیوں والا ہار دیا۔

پیارے نبیؐ کے بچپن کی کہانیاں سنا سکتے ہیں کہ وہ کس طرح بکریوں کو لے کر جنگل میں چرانے جاتے۔ دوسرے انبیاء علیہم السلام کی کہانیاں بھی سنائی جاسکتی ہیں۔ یہ سچی کہانیاں من گھڑت کہانیوں سے کہیں زیادہ دلچسپ ہوتی ہیں۔ نہ صرف یہ بلکہ کہانی میں پیارے نبیؐ کی ذات سے ایک محبت ایک قربت کا تعلق پیدا ہو جائے گا۔ پھر ہربات میں بچے کا سوال ہو گا "پیارے نبیؐ کس طرح یہ کام کرتے تھے؟"

بچے کو کہانی سناتے ہوئے یہ خیال رکھئے کہ آپ ایک ذی روح' سوچنے سمجھنے والی دانش مند ہستی سے مخاطب ہیں۔ یہ منا سا دانش مند انسان ہربات کو پوری طرح سمجھ کر آگے بڑھنا چاہتا ہے۔ اس کے ذہن میں بے شمار سوالات کلبلا رہے ہیں۔ کہانی سنتے ہوئے سوالات کی یہ کلبلاہٹ شدت اختیار کر جاتی ہے۔ وہ بات میں سے بات نکالتا ہے۔ بلکہ بال کی کھال اتارنے میں دلچسپی رکھتا ہے۔ اس کی تسلی ہی اس سے ہوتی ہے۔ پھر وہ ہر سنی ہوئی بات کو عمل کا روپ دینے کا خواہشمند ہے۔ کہانی سنتے ہوئے وہ بات بات پر سوال کرے گا' اس کے سوالات اطمینان بخش جوابات کا تقاضا کرتے ہیں۔

بچے کا اللہ سے تعلق

یہاں یہ بات بھی خاص طور سے نوٹ کرنے والی ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی دی ہوئی خبر کے مطابق بچہ دین فطرت پر پیدا ہوتا ہے۔ خالق کی جانب فطرتاً اس کا دل کھنچتا ہے۔ وہ نیکی کو پہچانتا ہے' نیکی سے رغبت رکھتا ہے اور برائی سے دور رہنے کی کوشش کرتا ہے۔ بچوں پر کی جانے والی تحقیقات اس امر کی تصدیق کرتی ہیں کہ ہر انسان کے لاشعور میں اللہ بستا ہے۔ لادین ماحول میں پرورش پانے والا بچہ بھی ایک ان دیکھے بالاتر وجود سے باتیں کر کے اپنے جذبات کی تسکین کرتا ہے۔

فطری پاکیزگی اور ایمان کے اس مرحلہ میں اگر اس کے ان جذبات کو صحیح رخ دیا

جائے۔ اس کے ذہن میں پیدا ہونے والے سوالات کے تسلی بخش جوابات سے اسے مطمئن کیا جائے تو اپنے رب کے ساتھ اس کا تعلق مستحکم ہو جاتا ہے۔

اپنے خالق کے ساتھ بچے کے اس تعلق کو بیدار رکھنے اور بڑھانے میں ماحول کی تربیت کا اثر بہت نمایاں ہے۔ ہر کام کی ابتداء بسم اللہ سے کرنا' ہر نعمت کا الحمدللہ کہہ کر شکر ادا کرنا' سونے سے پہلے دعائیں مانگنا' مختلف اوقات میں مخصوص مسنون دعاؤں کا پڑھنا' یہ سب باتیں بچے کے دل و دماغ میں اپنے رب کی محبت و عظمت کو راسخ کرنے میں مدد و معاون ہوتی ہیں۔

بچہ سکول جانے کی عمر کو پہنچتا ہے تو دوستوں' سہیلیوں اور اساتذہ کے مزاج اور معلومات کا اثر لیتا ہے۔ ہم نشین اللہ اور اس کے انبیاء علیہم السلام کی باتیں کرنے والے ہوں تو وہ بھی اس ذکر میں دلچسپی لیتا ہے۔ ماحول سے یہ غذا نہ ملے تو آہستہ آہستہ اللہ کے بارے میں اس کی اندرونی پکار مدہم پڑ جاتی ہے۔ تاہم قطع نظر اس سے کہ اس کو مذہب کے بارے میں کوئی ہدایات دی جاتی ہیں یا نہیں' مذہبی امور میں حصہ لینے کے لیے اس پر کوئی دباؤ ہے یا نہیں' تمام تر نوخیز بچے کسی نہ کسی مرحلہ پر کسی نہ کسی صورت میں مذہب کے مختلف پہلوؤں میں اپنی دلچسپی ظاہر کرتے ہیں۔

(Child Development (6th Sd), Elizabeth B. Hurlock P.435)

بچے کے سامنے جب اللہ رب العزت کی عظمت و قدرت کا ذکر ہوتا ہے مثلاً ہمیں سب چیزیں اللہ میاں نے دی ہیں۔ ہمیں انہوں نے ہی پیدا کیا۔ چاند ستارے' زمین سب کچھ اللہ نے بنائے ہیں۔ بارش وہی برساتے ہیں' وغیرہ وغیرہ..... ایسی باتیں بچے کے شعور کو اس عظیم و برتر ہستی کے بارے میں مزید تفصیلات جاننے پر ابھارتی ہیں۔ وہ اس عظیم و برتر ہستی کی ذات کے بارے میں' اس کی پسند و ناپسند کے بارے میں' اس کی پسند ناپسند کے مقامات یعنی جنت دوزخ کے بارے میں تفصیل سے جاننا

چاہتا ہے۔

اس کے اردگرد افراد اس کی اس اندرونی پکار کا تسلی بخش جواب دیتے ہیں اپنے رب کے ساتھ اس کا تعلق پختہ تر ہو گا۔ چھوٹے بچے کا ایمان اور یقین بڑا پختہ ہوتا ہے۔ اس میں کمی اس وقت آتی ہے جب اس کے ذہن میں پیدا ہونے والے سوالات کے تسلی بخش جواب نہیں ملتے۔

چھوٹے بچوں کی باتیں سنی جائیں تو معلوم ہوتا ہے کہ وہ کس بے تکلفی سے اپنے رب سے باتیں کرتے ہیں۔ منی بچی کو ٹک ٹک والی جوتی چاہیے تو وہ اللہ میاں سے بڑے خضوع و خشوع سے ٹک ٹک والی جوتی کی درخواست کرتی ہے۔ پیارے نبیؐ کی باتیں سن سن کر ایک بچی کا دل بے تاب ہو جاتا ہے وہ کب اس پیاری ہستیؐ سے مل پائے گی۔ اس کی دعا کچھ یوں ہے!

"اللہ میاں مجھے ہوائی جہاز میں بٹھا کر پیارے نبیؐ کے گھر لے جائیں۔ پیارے نبیؐ مجھے اٹھا لیں گے' پیار کریں گے اور پھر اللہ میاں سے ملوائیں گے اور انہیں بتائیں گے یہ دیکھیں! کتنی پیاری بچی ہے۔ آپ کا کہنا مانتی ہے۔ اچھے اچھے کام کرتی ہے۔"

چھ سات سال کا بچہ اللہ میاں سے باتیں کرنے کے لیے تنہائی کے مواقع تلاش کرتا ہے۔ اپنی ہر تکلیف ہر سوچ اس یقین کے ساتھ اپنے رب کے سامنے رکھتا ہے کہ وہ سن رہے ہیں۔ سکول میں داخل ہونے والے بچے کو حساب کے سوال بڑے مشکل لگتے ہیں تو اپنے اللہ کے سامنے اس کی آرزو ہے:-

"اللہ میاں جی مجھے حساب کے سوال سکھا دیں۔" وہ ٹیسٹ سے خوفزدہ ہے تو اپنے رب سے مخاطب ہوتا ہے۔

"اللہ میاں! آج ٹیسٹ نہ ہو" عمر کے ساتھ ساتھ اس کے سوالوں کی نوعیت بدل جاتی ہے۔ وہ سوچتا ہے:

"نہ جانے اللہ میاں ہماری باتیں کس وقت سنتے ہیں۔ اللہ میاں! اگر مجھے معلوم ہو کہ آپ کس وقت آسمان سے نیچے آکر میری باتیں سنیں گے تو میں اس وقت ہی آپ کو اپنی باتیں سناؤں۔"

وہ کچھ اور بڑا ہوتا ہے۔ ماحول اس کے سوالات کے اطمینان بخش جواب نہیں دے رہا تو اس کی باتوں کی نوعیت کچھ یوں ہو جاتی ہے۔

"اللہ میاں نظر کیوں نہیں آتے؟ میں اتنی مرتبہ انہیں بلا چکا ہوں۔ وہ ہمارے گھر آتے ہی نہیں۔"

یا پھر وہ سوچتا ہے:

"نجانے میں کیوں اللہ میاں سے دعائیں مانگتا ہوں حالانکہ وہ میری کسی بات کا جواب تک نہیں دیتے۔"

بے یقینی اس حد تک پہنچ جائے تو بچہ اپنے رب سے دور ہوتا چلا جاتا ہے۔ پھر وہ مذہبی امور میں شوق سے دلچسپی نہیں لے گا اگرچہ والدین کے دباؤ کے تحت وہ کسی حد تک ان امور میں شرکت کرتا رہے۔ والدین کا رعب یا دباؤ اسے ان امور کی عادت ڈال سکتے ہیں' اور اگر اس کی عادت پختہ (conditioning) ہو جائے تو ممکن ہے باقی زندگی میں دباؤ نہ ہونے کے باوجود وہ انہیں جاری رکھے۔ لیکن اس کے ذہن میں پیدا ہونے والے ابتدائی دور کے سوالات ساری زندگی کلبلاتے رہیں گے۔ سوالات کی یہ کلبلاہٹ اس کے اندر ایک ایسی بے یقینی اور بے اطمینانی پیدا کر دیتی ہے کہ پھر معاشرتی دباؤ نہ ہونے کی صورت میں وہ مذہبی امور کی ادائیگی قطعی غیر ضروری خیال کرنے لگتا ہے۔

بچہ ابتداء ہی سے ہر بات کا جواز مانگتا ہے لیکن آٹھ نو برس کی عمر میں تو اطمینان بخش توجیہ نہ ہونے کی صورت میں وہ زبردست ذہنی انتشار کا شکار ہو سکتا ہے۔

اس وقت ضرورت اس امر کی ہے کہ والدین اور اساتذہ بچوں کے ذہن کو سمجھنے کی کوشش کریں۔ ان کے ذہن میں پیدا ہونے والے سوالات کو باہر آنے کا موقع دیں اور پھر تسلی بخش جوابات سے ان کو مطمئن کرنے کی کوشش کریں۔ ماں باپ یا دوسرے بڑے اگر اس عمر میں بچے کو پورا وقت نہ دے سکیں یا ان کا رویہ ایسا ہو کہ بچہ اپنے سوالات ان کے سامنے لانے میں جھجک محسوس کرے یا ماں باپ کی اپنی علمی حالت ہی ایسی ہو کہ ناواقفیت اور لاعلمی کی بنا پر بچے کو مطمئن نہ کر سکیں تو ساری زندگی اس منتشر الخیالی کا اثر محسوس ہوتا رہتا ہے۔

اسلام دین فطرت ہے۔ انسان کے بدلتے رجحانات میں اس کی تربیت اور رہنمائی کا کام سرانجام دیتا ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جب بچہ باتیں شروع کرے تو سب سے پہلے اسے "اللہ" سکھاؤ' لاالہ الا اللہ سکھاؤ یا ایسی ہی دوسری چھوٹی چھوٹی باتیں جن سے بچے کا اپنے رب سے تعلق مستحکم ہو۔

سات سال کی عمر تک بچے کے ذہن میں اپنے رب کے ساتھ ایک واضح تعلق پیدا ہو چکا ہوتا ہے۔ یہ وہ عمر ہے جب سائنسی تحقیقات کے مطابق بچہ اپنے ان دیکھے رب سے باتیں کر کے جذباتی تسکین پاتا ہے۔ وہ چاہتا ہے کہ اسے اپنے رب سے رابطہ قائم کرنے کا صحیح طریقہ معلوم ہو۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی ہدایت ہے کہ سات سال کے بچے کو نماز پڑھانا شروع کروا دیا جائے۔ نماز اپنے رب کے ساتھ کلام کا ایک اہم موقع ہے۔ نماز بذات خود بچے کے ذہن میں پیدا ہونے والے بہت سے سوالات کا جواب ہے۔

نماز پڑھانے کے ساتھ ساتھ والدین اور دوسرے بزرگ افراد بچے کے ذہن میں پیدا ہونے والے سوالات کے تسلی بخش جوابات دے کر بچے کو مطمئن کرنے کی کوشش کریں تو یوں اپنے رب پر اس کا یقین اور پختہ ہو گا۔ اپنی آئندہ زندگی میں وہ یقین اور

شرح صدر کے ساتھ اپنے رب کے ساتھ اپنے تعلقات مضبوط بنیادوں پر استوار کر سکے گا۔

سات سے دس سال کی عمر میں بچہ شعوری طور پر بات کو سمجھنے کی اہلیت حاصل کرلیتا ہے۔ اسلام چاہتا ہے کہ شعور کی یہ پختگی دس سال کی عمر میں بچے کو نماز کا پورا پابند بنا دے۔

دس سال کی عمر میں بچہ شعوری طور پر اپنے اختیار کی آزادی استعمال کرنے کے لائق ہو جاتا ہے۔ اس میں مزید پختگی حاصل ہونے میں مزید چند سال لگ جاتے ہیں۔ جب بچہ بلوغت کی حدود میں داخل ہوتا ہے۔ اسلام کا حکم ہے کہ دس سال کی عمر کو پہنچنے والے بچے کا بستر الگ کر دیا جائے اور اگر نماز میں سستی کرے تو اسے سرزنش کی جائے۔ بلکہ لاپرواہی کا مظاہرہ کرے اور سزا کی ضرورت محسوس ہو تو ایسا بھی کیا جا سکتا ہے۔

اس عمر میں یہ بات بڑی اہم ہے کہ مستحکم تربیت کے لیے مذہبی اداروں مثلاً مسجد سے بچوں کی وابستگی پیدا کی جائے لڑکوں کو ابتدا ہی سے مسجد میں نماز پڑھنے کی عادت ڈالی جائے اور لڑکیاں دینی محفلوں میں شریک ہوں۔ ان اداروں سے بچوں کی وابستگی انھیں شعوری طور پر اپنے رب سے وابستہ کر دیتی ہے۔ ان محفلوں میں شرکت سے اس کے ذہن میں پیدا ہونے والے کئی سوالات کے جواب خودبخود ملتے جائیں گے۔

مذہبی اداروں میں امت مسلمہ کی تربیت کی جو ذمہ داری عائد ہوتی ہے بڑی نازک اور اہم ہے۔ ان اداروں سے وابستہ افراد کے طرز عمل میں کرختگی یا لاپرواہی کا عنصر بچے کو ساری زندگی کے لیے اپنے رب اور اپنے دین سے بدگمان کر سکتا ہے۔ فی الواقع ایک بچے کی تربیت اور اسے مطلوبہ صفات کا مسلم و مومن بنانے میں مسلم

معاشرہ کے ہر فرد کو ایک ذمہ دارانہ کردار ادا کرنا ہے۔

مثبت اخلاقی رہنمائی اور اس کے ذرائع

بچے کی تربیت میں یہ بات اہم ہے کہ مثبت پہلوؤں کی رہنمائی مہیا کی جائے۔ یہ کہنا آسان ہے کہ

"تم غلط کام کر رہے ہو ایسے نہ کرو۔"

"یہ کس طرح بیٹھے ہو' ایسے نہیں بیٹھتے"

"اس قدر چیخ کر کیوں بول رہے ہو؟"

وغیرہ وغیرہ

لیکن کرنے کا کام یہ ہے کہ بچے کو بتایا جائے کہ وہ کیا کرے' کس طرح کرے! یہ کام اگرچہ مشکل ہے لیکن اثر اسی نصیحت کا ہے جس میں بتایا جائے کہ کوئی کام کس طرح کرنا ہے۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا انداز تعلیم یہی تھا۔ انہوں نے اگر بچے کو دیکھا کہ وہ کھانے کے آداب سے واقف نہیں تو ڈانٹ ڈپٹ کے بجائے آپؐ نے نرمی سے اس کا ہاتھ پکڑا اور فرمایا:

"بیٹے! بسم اللہ پڑھ کر کھانا شروع کرو' دائیں ہاتھ سے کھاؤ۔ اپنے سامنے سے کھاؤ۔" نرم اور محبت بھرے الفاظ ذہن میں نقش ہو کر رہ جاتے ہیں۔

بچے کھاتے ہوئے بے شمار مسائل پیدا کرتے ہیں ایک جگہ بیٹھ کر نہیں کھاتے' چھلکے ادھر ادھر پھینکتے ہیں' ڈانٹنے کے بجائے اسے بتائیے کہ وہ کس طرح اور کہاں بیٹھ کر کھائے' چھلکے خالی برتن میں ڈالے وغیرہ' بلکہ کھانے کے معاملہ میں تو مناسب بات یہ ہے کہ بچوں کو دوسرے افراد خانہ کے ہمراہ مل کر کھانے کی عادت ڈالی جائے۔ یوں بہت سی اچھی عادتیں خودبخود پروان چڑھتی ہیں۔

بچے کی فطری عادات کا لحاظ رکھتے ہوئے اس کے ساتھ معاملہ ہونا چاہیے۔ جس قدر تیزی سے اس کا دماغ اور جسم نشوونما پا رہے ہیں۔ اسی قدر تیزی سے وہ خود حرکت کرتا ہے۔ وہ ہر لمحہ نئی نئی باتیں سیکھنا چاہتا ہے۔ وہ ہر نئی چیز کے بارے میں معلومات حاصل کرنا چاہتا ہے۔ اس مقصد کے لیے وہ اپنے حواس خمسہ سے بھرپور فائدہ اٹھانا چاہتا ہے۔ وہ چیزوں کو بغور دیکھتا ہے۔ چھوتا ہے سونگھتا ہے۔ چکھتا ہے' الٹ پلٹ کر پورا جائزہ لینا چاہتا ہے۔ حتیٰ کہ چیز کی اصلیت معلوم کرنے کے لیے اسے توڑنے سے بھی گریز نہیں کرتا۔ یکسانیت اسے قطعاً" گوارا نہیں ہوتی۔

جب صورتحال یہ ہے تو کیسے ممکن ہے کہ یہ ننھا سا ذہن "بزرگ" بن بیٹھے۔ وہ "بزرگ" ذہن سے سوچ ہی نہیں سکتا۔ ہاں البتہ بزرگ بچے کے ذہن سے سوچ سکتے ہیں۔ یہ بنیادی حقیقت سمجھ لی جائے تو بچوں سے معاملہ کرنا بہت آسان ہو جاتا ہے۔

فی الواقع بچوں کو سکھانے یا مصروف رکھنے کے لیے کھلونوں سے زیادہ دماغ کی ضرورت ہوتی ہے۔ بچوں پر ہونے والے مشاہدات سے بھی یہ بات واضح ہوتی ہے کہ بچوں کی شخصیت اور صلاحیتوں کی نشوونما اور تعمیر میں کھلونوں کی تعداد یا کوالٹی کا کوئی حصہ نہیں۔ رنگ برنگے کاغذ' ٹوٹے پھوٹے لکڑی کے ٹکڑے' ہاتھ سے بنے ہوئے مٹی کے برتن بوتلوں کے ڈھکن' خالی ڈبے' کاغذ کے جہاز اور کشتیاں سب بچے کے بہلانے اور اسے مصروف رکھنے میں یکساں موثر ہیں۔

سب سے اہم ضرورت یہ ہے کہ بڑوں کے پاس بچوں کے لیے مناسب وقت ہو۔ بچے بڑوں سے باتیں کر کے ان کی نقالی کر کے ان کی طرح کے کام کر کے خوش ہوتے ہیں۔ باپ گھر کی کسی چیز کی مرمت کرتا ہے تو بیٹا چاہتا ہے کہ باپ کے ساتھ کام میں ہاتھ بٹائے۔ ایسے موقع پر اس کی خواہش کا احترام کرنا چاہیے۔

کپڑوں کی دھلائی' گھر کی صفائی' باورچی خانہ غرض ہر جگہ بچے کام میں اپنا حصہ مانگتے ہیں۔ ایسے میں جھڑکنے یا انہیں الگ کرنے کے بجائے اگر ساتھ رکھنے کے طریقے سوچے جا سکیں تو بچے میں خوداعتمادی بڑھے گی۔ مشکل یہ پیش آتی ہے کہ بڑوں کو بچوں کا مٹی میں لتھڑنا یا پانی میں گیلا ہونا قطعاً "گوارا نہیں ہوتا۔ فطری تقاضوں پر بے جا روک ٹوک ایک مستقل محاذ آرائی اور کشمکش کی فضا پیدا کر دیتی ہے۔ پھر بڑوں کو بچوں سے حکم عدولی' گستاخی اور ضد کی شکایات پیدا ہوتی ہیں بلکہ عرف میں "بالک ہٹ" کہتے ہی اس ضد کو ہیں جو بے تکی ہونے کے باعث کسی طرح پوری نہ کی جا سکے۔

اکبر بادشاہ کے دربار میں "ضد" زیربحث تھی۔ بات ہو رہی تھی "راج ہٹ" "تریا ہٹ" اور "بالک ہٹ" کی۔ کچھ درباریوں کا خیال تھا کہ ان میں بالک ہٹ کو پورا کرنا سب سے مشکل کام ہے۔ بادشاہ کا خیال تھا کہ روپیہ پاس ہو تو بچے کی ہر ضد پوری کی جا سکتی ہے۔

بیربل کو اس سے اختلاف تھا۔ اس کے خیال میں بچے کی ضد پوری کرنے کے لیے روپے کی نہیں عقل و دانش کی ضرورت ہوتی ہے۔

اتفاق رائے نہ ہو سکا تو بادشاہ نے تجویز پیش کی کہ بیربل بچہ بن کر ضد کرے۔ اس کی ہر فرمائش پوری کی جائے گی۔

چنانچہ "بیربل" بچہ بن کر منہ بسورنے لگا۔ بادشاہ نے بہت کوشش کی مگر بچہ چپ ہونے میں نہ آتا تھا۔ بچے کے رونے اور ضد کی کوئی وجہ سمجھ میں نہ آتی تھی۔ اسے کئی قسم کی چیزیں پیش کی گئیں کہ بہل جائے لیکن بے سود! اس کی فرمائش تھی کہ اسے "ہاتھی" چاہیے۔

بادشاہ سلامت چمکارتے ہوئے بولے "بھلا یہ بھی کوئی بات ہے۔ ابھی آ جاتا

ہے۔ فیل خانے سے فوراً ہاتھی حاضر کر دیا گیا۔ بچے نے تھوڑی دیر کے لیے ہاتھی دیکھ کر خوشی کا اظہار کیا۔ اس سے کھیلا' لیکن جلد ہی اس کھیل سے اکتا گیا اب اس کی فرمائش تھی کہ اسے ایک ہنڈیا چاہیے۔ یہ فرمائش بھی فوراً پوری کی گئی "بچہ" اسے دیکھ کر خوش ہوا لیکن یہ خوشی بھی عارضی ثابت ہوئی اب "بچے" کا مطالبہ تھا کہ ہاتھی کو ہنڈیا میں بٹھایا جائے۔

بادشاہ سلامت اپنی تمام تر شان اور قوت کے باوجود یہ مطالبہ پورا کرنے سے قاصر تھے۔ انہوں نے ہتھیار ڈالتے ہوئے کہا۔ "بھائی! ہم ہار گئے لیکن اب تمہارا امتحان ہے تم کیونکر "عقل" کی مدد سے بچے کی ضد پوری کر سکتے ہو؟"

اب بادشاہ سلامت "بچہ" بن گئے اور بیربل بزرگ! اب اس "بچہ" نے ضد کرتے ہوئے ہاتھی طلب کیا تو بیربل نے اسے بازار سے مٹی کا بنا ہوا چھوٹا سا ہاتھی منگوا دیا۔ ہنڈیا کی فرمائش پر مٹی کی ہنڈیا مہیا کر دی گئی۔ جب "بچے" نے ہاتھی کو ہنڈیا میں ڈالنے کا مطالبہ کیا تو مٹی کا چھوٹا سا ہاتھی بڑی آسانی سے ہنڈیا میں سما گیا۔

بیربل نے وضاحت کرتے ہوئے عرض کی "حضور! بچوں کی ضد اور فرمائش پوری کرنے کے لیے ان کے ذہن کو سمجھنے اور اس کے مطابق کام کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ نکتہ سمجھ میں آجائے تو بچوں کے ساتھ معاملہ کرنا کچھ مشکل نہیں۔"

مسائل کی اصل وجہ یہ ہے کہ بزرگ بچوں کے بارے میں بس اپنے ذہن سے سوچتے ہیں۔ جب بچے ان کی خودساختہ توقعات پر پورا نہیں اترتے تو پریشانی اور جھنجھلاہٹ کا شکار ہوتے ہیں۔ جس کا اظہار بچوں سے ناروا سلوک سے ہوتا ہے۔

الف۔ انعام...... مگر رشوت نہیں

مثبت اوصاف کو شخصیت کا حصہ بنانے میں جزا کی توقع بہت مددگار ثابت ہوتی ہے۔ قرآن پاک کے خاص اسلوب میں سے یہ بات بھی ہے کہ عملوا الصلحت کے

ساتھ "جنت" کی بشارت ہے۔

انعام اور رشوت میں بہت فرق ہے۔ اچھے کام پر انعام ملنا ایک الگ بات ہے جب کہ اچھا کام کرنے کے لیے "رشوت" کا لالچ ایک بالکل ہی دوسری بات۔ ہر انسان فطرتاً یہ خواہش رکھتا ہے کہ اچھی کارکردگی پر اس کی حوصلہ افزائی اور تعریف کی جائے۔ بچوں میں یہ فطری جذبہ شخصیت سازی کے لحاظ سے نہایت اہم ہے۔ کسی معاملہ میں بچے کی کامیابی پر خوشی کا اظہار بچے کو خوش اور بااعتماد بناتا ہے۔ ننھے سے بچے کی خوشیاں بھی چھوٹی چھوٹی کامیابیوں پر ہوتی ہیں۔ بچہ بغیر سہارے کے بیٹھنا یا کھڑا ہونا شروع کرتا ہے تو یہ بھی اس کے لیے ایک بڑی کامیابی ہے۔ وہ ایک سیڑھی پر چڑھنے میں کامیاب ہو جاتا ہے تو اس کامیابی پر خوش ہو کر ماں کی جانب دیکھتا ہے کہ وہ اس کی تحسین کرے۔ ایک نیا لفظ سیکھنے اور بولنے میں کامیابی بچے کے لیے نہایت اہم ہے۔ اس کی ان چھوٹی چھوٹی کامیابیوں پر اظہار مسرت اسے اپنے ماحول سے محبت' خوش گمانی اور اطمینان بخشے گا۔ خوش' مطمئن اور بااعتماد بچہ ہمارے مستقبل کا قیمتی اثاثہ ہے۔ ایسے بچے زندگی میں ایک بھرپور اور فعال کردار ادا کرنے کی اہلیت رکھتے ہیں۔ ابتدا ہی سے اس کے افعال اور کردار بامقصد اور تعمیری رجحان رکھتے ہیں۔

بچے کی کامیابی پر یہ اظہار مسرت بھی ایک انعام ہی ہے اس کے اچھے کام پر اس کی تعریف' تھپکی' شاباش انعام ہی کی صورتیں ہیں۔

انعام کے لیے ضروری ہے کہ وہ بچے کی سوجھ بوجھ کے مطابق ہو۔ وہ سمجھ جائے کہ اس کے اچھے کام کو پسند کیا گیا ہے۔ ضروریات یا حالات کے مطابق انعام زبانی تعریف' رقم' کھلونے یا کسی دوسری صورت میں ہو سکتا ہے۔

انعام اچھے کام کی اچھائی کو مستند اور واضح کر دیتا ہے۔ وہ جان لیتا ہے کہ معاشرے کی توقعات پر پورا اترنے والے کام کیے جائیں تو قبولیت حاصل ہوتی ہے۔ یہ

احساس قبولیت اس کا تعلق معاشرے سے مضبوط کرتا ہے۔ بچہ ایک مرتبہ انعام کی لذت سے آشنا ہو جائے تو ہمیشہ اس کے حصول کے لیے کوشاں ہو گا۔ "عزت نفس" انسان کی ایک بڑی قیمتی اور پیاری چیز ہے۔ وہ ہر حال میں اس کو مجروح ہونے سے بچانے کا خواہشمند ہوتا ہے نہ صرف یہ بلکہ وہ ہر ایسا کام کرنا پسند کرے گا جو اس کی عزت نفس کو پروان چڑھانے والا ہو۔

ب۔ سزا...... مگر عزت نفس مجروح نہ ہو

زندگی میں توازن پیدا کرنے کے لیے ضروری ہے کہ جہاں اچھے کاموں پر انعام ملے وہاں نظم و ضبط کی خلاف ورزی یا نامناسب رویے پر سزا بھی ہو مناسب وقت پر لگایا گیا ایک تھپڑ' ایک جھڑکی بچے کو آئندہ کے لیے اپنے طرز عمل میں محتاط بنا سکتے ہیں۔

سزا کا بنیادی مقصد انسان کو یہ تعلیم دیتا ہے کہ وہ غلطی کا ہونا پہچان جائے اور پھر یہ پہچان اسے غلطی کے ارتکاب سے روک دے۔ انسان کو یہ بات جاننے میں زیادہ وقت نہیں لگتا کہ معاشرہ اس سے کیا توقعات رکھتا ہے۔ تربیت میں یہ بات اہم ہے کہ بچے کو اس حقیقت کا شعور بخشا جائے کہ معاشرہ کن امور کو برداشت کر سکتا ہے اور کن کو نہیں۔

سزا کے بارے میں کچھ بنیادی اصول پیش نظر رکھنے چاہئیں۔

ا۔ بچے کو سزا دی جائے تو یہ خیال رہے کہ کیا بچے پر یہ واضح ہے کہ اسے کس بات پر سزا مل رہی ہے؟ یہ وضاحت دو طرح سے ہو سکتی ہے:

(الف) جس وقت بچہ غلطی کرے اسی وقت سزا مل جائے۔

(ب) بچہ کو وضاحت اور دلائل سے بتایا جائے کہ اس کی غلط حرکت سے اس کو اور دوسروں کو کیا نقصان ہو سکتے ہیں۔

۲۔ سزا غلطی کی مناسبت سے ہونی چاہیے۔ یہ بات مناسب نہیں کہ معمولی غلطی پر مار مار کر ادھ موا کر دیا جائے اس سے بچے میں ضد پیدا ہو جاتی ہے۔

۳۔ سزا کے معاملہ میں بچوں کے درمیان انصاف کو ملحوظ رکھنا چاہیے۔ یہ بات ٹھیک نہیں کہ ایک غلطی پر ایک بچے کو سزا ملے اور دوسرے کو نہیں' یا ایک بچے کو کم اور دوسرے کو زیادہ۔

۴۔ غلطی پر چشم پوشی مناسب نہیں۔ کسی نہ کسی صورت میں اس پر اظہار ناراضگی ہو جانا چاہیے۔ بلکہ غلطی کے ارتکاب کے بعد جتنی جلد ممکن ہو سزا کا نفاذ ہو جانا بہتر ہے۔

۵۔ سزا ایسے وقت اور اس طرح دی جائے کہ بچہ اپنے دوستوں اور دوسرے لوگوں کے درمیان سبکی اور شرمساری محسوس نہ کرے۔ سزا کا مقصد عزت نفس مجروح کرنا نہیں۔

ان بنیادی اصولوں کو پیش نظر رکھتے ہوئے سزا کی کچھ صورتیں اختیار کی جا سکتی ہیں۔ یہ دو قسم کی ہو سکتی ہیں۔

۱۔ مثبت

۲۔ منفی

مثبت صورت تو یہ ہے کہ جب بچہ غلطی کرے اسی وقت اس کی اصلاح کی جائے اس کی غلطی کی نشاندہی کرتے ہوئے اسے درست طرز عمل اختیار کرنے کی جانب رہنمائی کی جائے مثلاً بچہ کچھ کھاتے ہوئے چھلکے ادھر ادھر پھینک رہا ہے۔ فوراً اس کی حرکت نوٹ کرتے ہوئے اسے بتایئے اس نے یہ کام ٹھیک نہیں کیا۔ اب اسی وقت اسی سے اس کے پھینکے ہوئے چھلکے اٹھوا کر کوڑے دان میں پھنکوایئے' وہ کھانے کی میز گندی کر رہا ہے تو اسی سے صاف کروایئے۔ کمرے میں رکھی چیزوں کو الٹ پلٹ کرے

تو اسی سے ٹھیک جگہ پر رکھوائیے وغیرہ وغیرہ۔

سزا کی منفی صورتیں کئی ہیں دوسروں کے سامنے بے عزتی' پٹائی' ڈراوا' بات چیت بند کر دینا (کٹی)' اس کو سب سے الگ ایک کونے میں بیٹھنے پر مجبور کرنا۔ اس کی پسندیدہ کھیل یا تفریح پر پابندی' اس کے کھانے پر پابندی وغیرہ وغیرہ۔

اگر والدین ہردم نگہبانی اور رہنمائی کا فریضہ ٹھیک طرح سے انجام دے رہے ہوں تو بات سزا میں مثبت معاملہ سے آگے نہیں بڑھتی۔

سزا کی منفی صورتیں کبھی تو واقعتاً" اختیار کرنا پڑتی ہیں مثلاً موقع پر لگایا گیا ایک آدھ تھپڑ ہمیشہ کے لیے اصلاح کر سکتا ہے۔ لیکن بالعموم جسمانی سزائیں والدین کی اپنی بے صبری' جنجھلاہٹ اور پریشانی کو ظاہر کرتی ہیں۔ اسلام نافرمانی کی صورت میں جسمانی سزا کی اجازت دیتا ہے۔ مگر اعتدال ضروری ہے۔ چنانچہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے دس سال کی عمر کے بعد نماز میں غفلت کرنے والے بچے کو مارنے کی اجازت دی ہے۔ اس سے جہاں جسمانی سزا کی اجازت کا نتیجہ نکلتا ہے وہاں یہ بھی خیال رہے کہ اس سے پہلے جہاں تک ممکن ہو ترغیب و ترہیب ہی سے کام لینا چاہیے۔ اگر صرف فہمائش سے کام نہ چلے تو پھر معمولی سزا بھی اسے آئندہ کے لیے محتاط بنا سکتی ہے۔

تین چار سال کے بچے کو اتنی سمجھ اور شعور حاصل ہوتا ہے کہ سمجھانے پر بات کو سمجھ جائے۔ غلطیوں پر سمجھانا' تنبیہہ کرنا ضروری ہے۔ حکماء مغرب بڑا عرصہ بچوں کی جسمانی سزا کو "وحشیانہ" قرار دیتے رہے ہیں۔ لیکن اب وہاں اس کی ضرورت اور حدود کے بارے میں بحث عام ہو گئی ہے۔ حتیٰ کہ قانوناً" والدین اور اساتذہ کے لیے تربیتی امور میں جسمانی سزا کی اجازت دے دی گئی ہے۔ امریکہ میں ماہرین نے جب قوم کے اخلاقی انحطاط میں تیزی کی وجوہات تلاش کیں تو آخرکار انہیں اپنی سفارشات میں سب سے پہلے یہ سفارش رکھنا پڑی کہ مجرم بچوں کو سخت سزائیں دی جائیں۔

سزا کے معاملہ میں کچھ اور باتوں کا بھی ضرور خیال رکھنا چاہیے۔

ایک اہم بات یہ ہے کہ غصہ میں کبھی بچے کو سزا نہیں دینی چاہیے۔ ممکن ہے غصہ میں دی گئی سزا غلطی کی مناسبت سے زیادہ ہو جائے۔ غلطی اور سزا کی مناسبت کا خیال رکھنا بہت ضروری ہے۔

اسی طرح بچے پڑھنا شروع کر دیتے ہیں تو فوراً ہی سب کچھ نہیں سیکھ سکتے۔ بڑے اپنی رفتار پر بچے کو چلانا چاہتے ہیں۔ ان کی خواہش ہوتی ہے کہ پڑھائی کے وقت بچہ خاموشی سے سنجیدگی سے اور یکسوئی سے بیٹھ کر پڑھے۔ لیکن بات یہ ہے کہ بچے کا ذہن بہت تیزی سے چاروں طرف متوجہ رہتا ہے۔ وہ ایک مقام پر کیسے بیٹھا رہ سکتا ہے۔ ایک مقام پر سنجیدگی سے بیٹھنا اس کی فطرت ہی نہیں تو اس سے گلہ کیسا؟ اس کا ذوقِ جستجو اسے ہر لحظہ مسلسل حرکت میں رکھتا ہے۔ پڑھائی کا کام اس کے لیے خوشگوار بنانا چاہیے نہ کہ ایسا رویہ بنالیں کہ وہ اسے ایک بوجھ اور ناگوار فریضہ سمجھ کر اکتاہٹ سے ادا کرنے پر مجبور ہو۔ بڑوں کی جانب سے بچوں کی فطرت سے جنگ بڑے ناخوشگوار اثرات مرتب کر سکتی ہے۔ بلاضرورت یا ضرورت سے زیادہ سزا بچے کی شخصیت کو بری طرح مجروح کر دے گی۔ وہ نہ صرف اپنا اعتماد کھو بیٹھے گا بلکہ سزا دینے والے سے اس کے ذہنی فاصلے بڑھنا شروع ہو جائیں گے۔ بچہ بڑوں کے مناسب اور نامناسب رویے کو خوب سمجھتا ہے اگر وہ محسوس کرتا ہے کہ اس کے ساتھ ناانصافی یا زیادتی ہو رہی ہے تو اس کے دل میں بڑوں کے لیے محبت اور احترام کم ہوتا جاتا ہے۔

سزا دینے سے پہلے ایک اور ضروری بات یہ ہے کہ بچے کو اپنا موقف بیان کرنے کا پورا موقع دیا جائے۔ ممکن ہے آپ کے نزدیک اس کا جو کام غلط ہے وہ اس نے اپنے خیال میں صحیح سمجھ کر کیا ہو۔ ایک دفعہ تبلیغی مقاصد کے لیے بہت سے خوشنما سٹکرز کمرے میں رکھے گئے۔ تین چار بچے بھی تھے جنہوں نے یہ سٹکرز بڑی دلچسپی

سے دیکھے۔ انہوں نے بڑوں سے یہ بھی معلوم کر لیا کہ یہ سٹکرز کہاں اور کیوں لگیں گے۔

بچے کھیل رہے تھے بڑے اپنے کاموں میں لگ گئے۔ تھوڑی دیر بعد آ کر دیکھا تو دیواروں' دروازوں اور کھڑکیوں پر بیشمار سٹکرز چسپاں تھے۔ دو چار چڑ مڑ ہو کر نیچے فرش پر بھی گرے پڑے تھے۔ امی جان نے دریافت کیا "یہ سٹکرز کس نے خراب کیے ہیں؟" بڑے بچوں نے فوراً سب سے چھوٹے بچے کا نام لیتے ہوئے کہا "امی جان! ہم نے تو کوئی خراب نہیں کیے یہ تو چھوٹے بھائی ابراہیم نے خراب کیے ہیں۔"

فوری طور پر تو یہی احساس ہوا کہ بچوں نے غلط بیانی کرتے ہوئے ڈیڑھ سالہ بچے پر الزام لگا دیا کہ وہ کون سا اپنی صفائی پیش کر سکتا ہے۔ جب بچوں سے نرمی سے ساری بات پوچھی گئی تو ان کے خیال میں سٹکرز خراب تو وہی ہوئے تھے جو چڑ مڑ ہو کر نیچے فرش پر گرے پڑے تھے۔ دیواروں' دروازوں وغیرہ پر لگے ہوئے سٹکرز تو اپنے صحیح مقام پر چسپاں تھے اس میں خرابی والی بات ہی نہیں تھی۔ اب اگر جلدبازی سے ماں فوراً ہی غصہ میں آ کر سٹکرز خراب کرنے کی غلطی یا غلط بیانی پر بچوں کی پٹائی کر دیتی تو بچے یقیناً کبھی یہ نہ سمجھ پاتے کہ انہیں کس غلطی پر سزا ملی جبکہ اپنی دانست میں انہوں نے تو کوئی غلطی کی ہی نہیں تھی۔

انصاف کا یہ تقاضا بھی ہے کہ غلطی کرنے پر ہر بچے سے یکساں سلوک ہو' ایک غلطی پر کسی بچے کو سزا ملے کسی کو نہیں یا کسی کو کم ملے اور کسی کو زیادہ۔ یہ بات نازک سے معصوم اور حساس دل میں حسد اور دوسرے منفی جذبات کی پرورش کا باعث بن سکتی ہے۔ پھر یہ رویہ بھی درست نہیں کہ کبھی تو ایک معاملہ پر شاباش ملے اور کبھی اسے غلطی گردانا جائے اس سے بچہ صحیح رویے کا ادراک نہیں کر پائے گا۔

اصولوں پر استقامت

جزا و سزا کے معاملہ میں یہ بات بڑی اہم ہے کہ بچوں کو جن آداب اور امور کی تعلیم دینا ہو جو اصول ذہن نشین کرانا ہوں ان پر عمل درآمد کے معاملہ میں یکسانیت اور مستقل مزاجی کا مظاہرہ ہو۔

بنیادی اصول اس قدر بے لچک بھی نہ ہوں کہ بدلتے ہوئے حالات و ضروریات میں پورے نہ اتر سکیں اور بالکل ڈھیلے ڈھالے اور غیرموثر بھی نہ ہوں کہ کسی کے لیے اس پر عمل ضروری قرار دیا جائے اور کسی کے لیے نہیں۔ جھوٹ بولنا غلط کام ہے چاہے بچہ بولے یا بڑا! اس میں مصلحتوں کی آمیزش جھوٹ کی غلطی کی تلخی اور شدت کو کم کر سکتی ہے۔

متضاد طرزِ عمل اور ہدایات بچے کے معصوم ذہن کو بالکل منتشر کر کے رکھ سکتے ہیں۔ وہ فوری طور پر یہ فیصلہ نہیں کر سکتا کہ دراصل صحیح کیا ہے اور غلط کیا؟ یوں یہ منتشرالخیالی ساری زندگی کے لیے شخصیت کا روگ بن جاتی ہے۔

اصولوں اور ہدایات میں' یکسانیت کے بارے میں ایک مثال سے وضاحت کی جاتی ہے۔

ماں بچے کو سمجھاتی ہے "بیٹے کبھی کسی کی چیز بلا اجازت نہیں لیتے۔" اب اسی ماں کے سامنے بچہ کسی دوسرے بچے کا کھلونا لے آتا ہے اور ماں اس بات کا کوئی نوٹس نہیں لیتی' یا بڑے نرم سے الفاظ میں کہہ دیتی ہے "اوہو! آپ یہ کھلونا کیوں لے آئے" لیکن عملاً" بچے سے نہ تو کھلونا واپس دلوایا گیا نہ اسے کوئی سزا ملی۔ بلکہ کبھی ایسے ہوتا ہے کہ کھلونا لینے پر بچے کی ضد پر ماں خود سفارش کرتی ہے "اچھا ابھی اس کے پاس رہنے دیں اس سے لیا تو روئے گا بعد میں اس سے چھپا کر واپس کر دیں گے۔"

اب ایک دوسرے موقع پر یہی بچہ خود اپنی ماں کے پرس سے چوری چھپے پیسے

نکال کر اپنی پسند کی کوئی چیز خرید لاتا ہے تو اس پر اسے امی جان سے ڈانٹ کے علاوہ مار بھی کھانا پڑی اور خریدی گئی چیز بھی اس سے چھین لی گئی۔

اب ان دونوں رویوں میں تضاد کا مشاہدہ کر لیجئے۔ عمل میں ایسے تضادات بچے کی شخصیت کو غیرمتوازن بنا دیتے ہیں۔ غلط کام ہمیشہ غلط ہے کوئی کرے کسی بھی موقع پر کرے۔ غلطی کرنے والے کو ہمیشہ اس سے روکنا چاہیے۔ صحیح کام ہمیشہ صحیح ہے' درست طرزِ عمل پر ہمیشہ اظہار پسندیدگی اور تحسین ہونا چاہیے۔ کبھی کبھی بچہ اپنی من مانی بھی کرنا چاہتا ہے۔ اسے من مانی کی اجازت ضرور ہو لیکن ڈسپلن کی خلاف ورزی کی قیمت پر نہیں۔

سزا کا رویہ مستقل نہ ہو اور ڈسپلن کی خلاف ورزی پر سزا نہ ملنے کا صرف پچاس فیصد بھی امکان ہو تو "من مانی" کا اپنا کچھ ایسا نشہ اور اس میں کچھ ایسی لذت ہے کہ بچہ ہو یا بڑا اس کا موقع ہاتھ سے جانے نہیں دیتا۔ چاہے یہ سونے والے کمرے میں تکیوں اور گدوں سے لڑائی کے معاملہ میں من مانی ہو' یا بڑے ہو کر ٹریفک میں چلتے ہوئے اشارہ کاٹ کر نکل جانے کی من مانی! من مانی کی خواہش انسانی فطرت میں چھپی ہوئی خواہش حکمرانی کی مظہر ہے۔ یہ خود کو دوسروں سے ممتاز کرنے کی خواہش کا نتیجہ ہے۔ اپنی ذات کو نمایاں کرنے کی آرزو انسان میں کچھ ایسی شدید ہے کہ بچہ بھی جب خود کو نظرانداز ہوتا محسوس کرے تو فوراً دوسروں کی توجہ مبذول کروانے کے لیے مختلف قسم کی حرکات کرنا شروع کر دیتا ہے۔ دوسروں میں نمایاں ہونے کی خواہش اس قدر شدید ہوتی ہے کہ وہ ڈسپلن کی خلاف ورزی سے بھی گریز نہیں کرتا۔

ایسے موقع پر محض ڈانٹ ڈپٹ مناسب نہیں۔ بعض اوقات تو واقعتاً" بچے کو نظرانداز کر کے اس کی حق تلفی کی جاتی ہے۔ اب اگر وہ اپنا حق لینے کے لیے احتجاج کی کوئی صورت نکالتا ہے تو اس پر ناراضگی کے اظہار کے بجائے اسے کسی دوسرے

مثبت معاملے میں مصروف کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ اگر بڑوں کو کچھ ایسی ہی مصروفیت ہو کہ جس کے باعث بچوں کی جانب پوری توجہ دینا مشکل ہو تو حکمت اور دانائی یہ ہے کہ پہلے بچے کی دلچسپی اور اسے مصروف رکھنے کا اہتمام کیا جائے تاکہ وہ خود کو نظرانداز ہوتا محسوس نہ کرے۔

بچوں اور والدین کے تعلقات میں مناسبت

مختلف حالات میں ہر انسان کا طرز عمل مختلف ہوتا ہے لیکن بچوں کے معاملے میں یہ بات ملحوظ خاطر رہے کہ یہ ننھے منے معصوم پھول بڑوں کے مزاج کے اس اتار چڑھاؤ سے بے خبر ہوتے ہیں۔ ان کے نزدیک تو ماں کی گود ہر حال میں ٹھنڈی چھاؤں ہے۔ جہاں وہ سکون اور اطمینان پاتا ہے۔ جس سے وہ نازبرداریوں کی توقع رکھتا ہے۔

خاندانی جھگڑے' تعلقات میں کشیدگی' طلاق' گھر یا گھر سے باہر کام کی زیادتی کے باعث تھکان بسا اوقات ماں کے مزاج میں کچھ ایسی اکتاہٹ پیدا کر دیتے ہیں کہ تھکان اور فارغ وقت کی کمی کے باعث وہ بچے کی معصوم حرکات سے لطف اندوز ہی نہیں ہو پاتی۔ نہ صرف یہ بلکہ وہ اس کی فطری اٹھکیلیوں اور ناز کو سمجھنے سے بھی قاصر رہتی ہے۔ چنانچہ بچے کے ساتھ اس کا رویہ بڑا نامناسب ہو جاتا ہے۔ ذرا ذرا سی بات پر بچے کو ڈانٹ پڑتی ہے یا پھر پٹائی ہوجاتی ہے۔ ماں کے اس سلوک کے باعث بچہ بھی ذہنی خلفشار کا شکار ہو جاتا ہے۔ کہاں تو وہ ماں جو واری صدقے جاتی ہے اب ذرا سے بات پر جھنجلاہٹ کا شکار ہو کر بچے کو جسمانی آزار پہنچانے پر اتر آئی ہے۔

مغربی ممالک میں یہ مسئلہ بڑی شدت سے ابھر کر سامنے آیا ہے۔ بچوں پر تشدد ایک وبا کی صورت اختیار کر چکا ہے۔ بچوں کے ماہرین اس صورتحال کو "ممتا کے زوال" سے تعبیر کر رہے ہیں۔ ۱۹۸۶ء میں امریکہ میں ایسے واقعات کی بائیس لاکھ رپورٹیں پولیس کے پاس درج کروائی گئیں۔ اس معاملہ میں تحقیق سے جو نتائج اخذ

کیے گئے ہیں ان کے متعلق اس زوال کی اہم وجوہات میں سے ایک یہ ہے کہ گھر سکون کے بجائے بے سکونی کا مقام بن گئے ہیں۔ یہ عظیم انقلاب کن وجوہ کی بنا پر آیا؟

مادیت کے پجاری مادی وجاہت کے تعاقب میں سرگرداں ہیں۔

اصل بات یہ ہے کہ گھر کا کردار اب صرف bedroom تک سمٹ کر رہ گیا ہے۔ بیرون خانہ مصروف، تھکے ہارے والدین کے پاس بچوں کی پرورش اور ان کے ناز اٹھانے کا وقت کہاں رہ جاتا ہے؟ حتیٰ کہ سکولوں میں جانے والے بچوں کی ایک کثیر تعداد بغیر ناشتے کے سکول جاتی ہے کیونکہ امی جان کے پاس ناشتہ بنانے اور کھلانے کا وقت نہیں ہوتا۔

بچوں کی تربیت میں یہ بات بہت ضروری ہے کہ والدین اور بچوں کے تعلقات میں دوری اور اتار چڑھاؤ نہ ہو۔

بچے کا نامناسب رویہ

ذہنی دباؤ بڑوں کی طرح بچوں کو بھی بری طرح متاثر کرتا ہے۔ چنانچہ ردعمل مختلف صورتیں اختیار کرلیتا ہے۔ ڈسپلن کے زیادہ تر مسائل انہی وجوہ کے باعث پیدا ہوتے ہیں۔

بچے کی جانب سے نامناسب رویے کے اظہار میں وجوہ کی تہہ تک پہنچنا بڑا ضروری ہے۔ بالعموم جن مواقع پر یہ مسائل پیدا ہوئے ہیں۔ ان میں ایک موقع وہ ہے جب گھر میں دوسرا بچہ آتا ہے۔ وہ بچہ جو گھر والوں کا مرکز نگاہ تھا جب دیکھتا ہے کہ اب محبت اور توجہ میں ایک اور حصہ دار بن گیا ہے تو اسے شدید دھچکا لگتا ہے۔ بڑوں کی توجہ حاصل کرنے کے لیے وہ عجیب و غریب حرکات اور ضدیں شروع کر دیتا ہے۔ ایسے موقع پر اس کے نامناسب رویہ کے جواب میں ترش روئی یا ڈانٹ ڈپٹ کے بجائے مناسب توجہ اور حاضردماغی سے صورتحال کو خوشگوار بنایا جا سکتا ہے۔

اس کی ایک صورت یہ ہے کہ معاملات میں اسے الگ تھلگ رکھنے کے بجائے شرکت کا احساس دلایا جائے۔ چھوٹے بچے کے رونے پر سب کام چھوڑ کر بڑے بچے کو پیچھے دھکیل کر اس کی جانب بھاگنے کے بجائے بچے کو ساتھ لیجئے۔ "اوہ! دیکھئے! آپ کا بھائی رو رہا ہے۔ چلئے جلدی سے دیکھیں وہ کیا کہتا ہے۔ اس کا جی چاہتا ہو گا میں اپنے بھائی جان سے باتیں کروں۔"

ڈسپلن کے مسائل جن اوقات پر پیدا ہوتے ہیں ان میں صبح سکول جانے سے پہلے' دوپہر گھر واپسی پر' نیند آنے پر' گھر میں مہمانوں کی آمد یا خود کہیں جانے پر۔ دراصل یہ سب اوقات ذہنی دباؤ کے اوقات ہیں۔ بچہ خود کو اہم سمجھتے ہوئے خصوصی توجہ مانگتا ہے اور وہ اس کا حقدار بھی ہے۔ ایسے مواقع پر بچوں کی اس حیثیت کو ذہن میں رکھ کر معاملہ کیا جائے تو مسائل کی شدت میں کمی لائی جا سکتی ہے۔ بچے کے ساتھ بڑے بھی اپنا مزاج برہم کر لیں تو بے شمار مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ بلکہ مسائل اس وقت شدت اختیار کرتے ہیں جب خود بڑے بھی معاملات جلد نمٹانے کی خواہش میں صورتحال کا درست ادراک نہیں کر پاتے۔ صبح ماں اور باپ دونوں کو بچوں کے ہمراہ ہی نکلنا ہو تو ان کے پاس اتنا وقت کہاں ہو گا کہ وہ بچوں کے معاملات سلجھاتے پھریں۔ اسی طرح اگر دوپہر کو بچے پہنچیں اور گھر پر کوئی ان کا پرسان حال نہ ہو تو ذہنی الجھنیں خودبخود جنم لینے لگیں گی۔

جنس

دو تین سال کی عمر تک بچہ اپنی جنس کو پہچاننے لگتا ہے۔ چنانچہ اس عمر سے بچوں کے رجحانات میں واضح فرق دیکھا جا سکتا ہے۔ لڑکے ایسے کھیل پسند کرتے ہیں جن میں زور آزمائی' بھاگ دوڑ' رعب داب ہو۔ لڑکیاں نرم خو ہوتی ہیں۔ انہیں "گھرداری" سے متعلق کھیل پسند ہوتے ہیں۔ گڑیوں کے کھیل' یا پھر گھر گھر بنانا وغیرہ۔

لڑکوں اور لڑکیوں کے رجحانات پر ہونے والی ایک تحقیق کے نتائج حسب ذیل تھے۔

۱۔ لڑکیاں معاشرتی روابط کا بہتر ادراک رکھتی ہیں۔
۲۔ لڑکیاں تجاویز کو قبول کرنے پر زیادہ آمادہ ہوتی ہیں۔
۳۔ سیکھنے کے معاملہ میں لڑکوں اور لڑکیوں میں واضح فرق ہوتا ہے' لڑکے کھوج کرید میں زیادہ دلچسپی رکھتے ہیں اور ہر بات کی تہہ تک پہنچنا چاہتے ہیں۔
۴۔ بولنے کی صلاحیت حاصل کرنے میں لڑکیاں بالعموم زیادہ مہارت رکھتی ہیں۔
۵۔ لڑکے حساب کے معاملات میں زیادہ بہتر ہوتے ہیں۔
۶۔ لڑکوں کا مشاہدہ اور تجزیہ زیادہ اچھا ہوتا ہے۔
۷۔ لڑکے زیادہ پراعتماد بلکہ کسی حد تک جارحانہ انداز لیے ہوتے ہیں۔
۸۔ لڑکیاں شرمیلی اور صلح جو ہوتی ہیں۔

ہمجولیوں کے تعین میں بھی لڑکے لڑکوں کے ساتھ اور لڑکیاں لڑکیوں سے دوستی کو ترجیح دیتی ہیں۔ یہ رجحان سکول کی عمر سے بھی پہلے نوٹ کیا جا سکتا ہے۔ بالخصوص لڑکے کبھی یہ پسند نہیں کرتے کہ انہیں لڑکیوں سے تشبیہ دی جائے یا موازنہ کیا جائے۔ مخلوط تعلیمی اداروں میں بھی سب کے سامنے لڑکے' لڑکیوں کے ہمراہ کھیلنا کودنا پسند نہیں کرتے۔

یہ فطری رجحانات ہیں' جنہیں تربیتی مراحل میں پیش نظر رہنا چاہیے۔ بچوں کی پرورش کے معاملہ میں مسلم فقہا نے اس کو بڑی اہمیت دی۔ اسلام کی تعلیم یہ ہے کہ ابتداء ہی سے لڑکوں اور لڑکیوں کو نہ صرف میل جول سے بچانا چاہیے بلکہ ان کی تربیت الگ الگ انداز میں ہونا چاہیے۔

مولانا اشرف علی تھانویؒ کی رائے ہے کہ لڑکے اور لڑکیاں مل کر کھیلیں تو لڑکیوں میں شرم و حیا ختم یا کم ہو جاتی ہے۔ اور لڑکے ذہنی طور پر پست ہو جاتے ہیں

ان کی ذہنی صلاحیتیں زندگی کے میدان میں اجاگر نہیں ہونے پاتیں۔

مغربی معاشرہ اس کی جیتی جاگتی تصویر ہے خواتین میں شرم و حیا کا مادہ اب کم یاب ہو چکا ہے۔ مخلوط محفلوں کا لڑکوں کی ذہنی صلاحیتوں پر اثرانداز ہونے کا اعتراف کرتے ہوئے اونچے درجہ کے تحقیقی اداروں میں مخلوط تعلیم کی اجازت نہیں دی گئی۔ ایک امریکی مصنفہ مسز ہڈسن نے اپنی کتاب سیکس اینڈ کامن سینس Sex and Common Sense میں لکھا ہے کہ ہماری تہذیب کی دیواریں منہدم ہونے کو ہیں نہ معلوم یہ ساری عمارت کب بیٹھ جائے۔ اس کی بقا کی صرف ایک صورت ہے وہ یہ کہ عورتوں اور مردوں کے آزادانہ میل جول پر پابندی عائد کر دی جائے۔

لباس

لباس کے معاملہ میں اسلام بڑا حساس ہے۔ لباس میں سب سے اہم اس کا ساتر ہونا ہے۔ لباس انسان کو ایک تشخص عطا کرتا ہے۔ حضرت عمرؓ نے مملکت اسلامی میں مسلمانوں کو غیرمسلموں کے لباس سے مشابہت رکھنے والا لباس پہننے سے منع فرمایا تھا۔ ستر کی حدود کا احترام جس قدر لڑکیوں میں ضروری ہے اتنا ہی لڑکوں کے لیے بھی اہم ہے۔ اس لحاظ سے دیکھا جائے تو نیکروں اور shorts کی اسلام میں قطعاً" کوئی گنجائش نہیں۔ تحقیقات سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ تنگ جینز اور نیکریں بچے کے نازک جسم اور جلد کے لیے بڑے مسائل کا باعث بن جاتے ہیں۔ بعض اوقات جلد کی تکلیف اتنی بڑھ جاتی ہے کہ اس کے لیے لمبے اور مشکل علاج کی ضرورت پڑ جاتی ہے۔ اس لیے آج طبی لحاظ سے بھی ایسے لباس کی حوصلہ افزائی نہیں کی جاتی۔ احکام کے اجراء کے معاملہ میں بنیادی بات بچے کی عمر ہے۔ اگر نماز کے حکم کو تمام معاملات پر منطبق کیا جائے تو یہ بات طے شدہ ہے کہ سات سال کی عمر سے ہر طرح کے احکام

کی پابندی کا اجراء ہو جانا چاہیے اور دس سال کی عمر کے بعد تو ڈھیل کی قطعاً گنجائش نہیں۔

لباس میں رنگ کا بھی ایک مقام ہے۔ اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے مردوں کے لیے سفید لباس پسند فرمایا ہے۔ اس لیے مناسب یہ ہے کہ لڑکوں کو اوائل عمر ہی سے سفید یا ہلکے رنگ کے کپڑے پہنائے جائیں۔ شوخ رنگین کپڑے لڑکوں کے لیے مناسب نہیں اور سرخ رنگ تو مردوں کے لیے آپؐ نے بہت ہی ناپسند فرمایا ہے۔

لڑکیوں کو رنگین لباس اور زیور پہنائے جاتے ہیں لیکن اس میں بھی خیال رہے کہ بچیاں کپڑے اور زیور ہی کی نہ ہو کر رہ جائیں۔ لباس میں بہت زیادہ تکلف خواتین کے معاملات میں کوئی پسندیدہ بات نہیں سمجھی گئی۔ سچی بات تو یہ ہے کہ اسلام اپنے ماننے والوں میں سے ایک ایک کو اس کائنات کے حکمران کی حیثیت سے تیار کرنا چاہتا ہے۔ اب ولی عہد شہزادے اور شہزادیاں کھیل کود اور بناؤ سنگھار ہی کے ہو کر رہ جائیں تو کاروبار مملکت سنبھالنے سے رہے۔ امور سلطنت کی سوجھ بوجھ کے لیے تو ان معاملات میں بس واجبی سا تعلق ہی رکھنا پڑے گا۔

زبان

اس جہاں میں آنے والا ہر بچہ ایک ہی زبان سیکھ کر آتا ہے۔ چنانچہ تقریباً ایک سال تک ہر بچہ' اس کا تعلق زمین کے کسی حصہ سے کیوں نہ ہو ایک ہی زبان بولتا ہے۔ ان کی اوں آں' غوں غاں' ماما' دادا' بابا وغیرہ میں حیرت انگیز مشابہت پائی جاتی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ بچہ اپنے اردگرد بولی جانے والی زبان سمجھنا شروع کر دیتا ہے اور پھر بولنے کی کوشش بھی شروع ہو جاتی ہے۔ ایک سال کی عمر تک بچہ چند الفاظ ادا کرنے لگ جاتا ہے دو سال کی عمر تک زیادہ تر بچے چھوٹے چھوٹے جملے بولنے لگ جاتے ہیں دیکھا گیا ہے کہ بالعموم لڑکیاں بولنے کے معاملے میں لڑکوں سے آگے رہتی

ہیں۔

بچے کی ذہنی صلاحیتوں کی مناسب نشوونما کے لیے زیادہ بہتر یہ ہے کہ اس کے ساتھ ایک ہی زبان میں گفتگو کی جائے بچہ عام بول چال میں جو زبان سیکھتا ہے اسی میں دیگر امور بالخصوص تعلیم میں بہتر کارکردگی کا مظاہرہ کر سکتا ہے۔

تحقیقات سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ ابتدائی دو تین سال میں بچے کی نگہداشت میں حصہ لینے والے افراد اگر بچے سے مختلف زبانوں میں گفتگو کریں تو بچہ نہ صرف خود بولنے میں جھجک محسوس کرتا ہے بلکہ اکثر امور میں اپنے دیگر ہم عمروں سے پیچھے رہ جاتا ہے۔ بالخصوص جب بچے کے ساتھ بولی جانے والی زبانیں گرامر ادائیگی وغیرہ میں ایک دوسرے سے بہت مختلف ہوں۔ مثلاً ہمارے دیہاتی بچے سے اردو پنجابی یا دوسری مقامی زبانوں میں گفتگو کی جاتی ہے لیکن بچے کی ذہنی نشوونما میں کوئی خاص مسئلہ پیش نہیں آتا۔ کیونکہ یہ سب زبانیں ترکیب میں ایک دوسرے سے بہت قریب ہیں۔ بیرون ممالک رہنے والے خاندانوں میں سے بیشتر میں یہ مسئلہ دیکھنے میں آیا کہ گھر میں بچے سے اردو بولی جاتی ہے۔ ملازم پیشہ ماں اپنے بچے کو چند گھنٹوں کے لیے کسی نرسری یا "آیا" (baby sitter) کے پاس چھوڑ کر جاتی ہے۔ یہاں بچے کے ساتھ انگریزی میں گفتگو ہوتی ہے۔ ایسی صورت میں بعض اوقات بچے میں شدید قسم کے نفسیاتی مسائل پیدا ہو جاتے ہیں۔ ایسے بچے دیر سے بولنا شروع کرتے ہیں حتیٰ کہ بعض تو تین چار سال کی عمر تک بولنا شروع نہیں کر سکتے۔

زبان کے معاملہ میں زیادہ حساس دور ایک سال سے تین سال تک کی عمر کا ہے۔ عام مشاہدہ کی بات ہے کہ بچے مادری یا بول چال کی زبان کے علاوہ اپنے اردگرد بولی جانے والی کوئی دوسری زبان بڑوں کی نسبت جلد سیکھتے ہیں۔ لیکن بالعموم اس وقت جب وہ اس حساس دور سے گزر جاتے ہیں۔

زبان کے زیادہ اثرات سکول کے دور میں سامنے آتے ہیں۔ امریکہ میں بچوں کی تعلیمی کارکردگی پر اثر انداز ہونے والے عوامل کا جائزہ لیا گیا تو یہ بات نوٹ کی گئی کہ بچہ بہتر تعلیمی نتائج اس وقت ظاہر کرتا ہے جب اس کی تعلیمی زبان وہی ہو جو اس کی عام بول چال کی زبان ہے۔ صورتحال اس کے برعکس ہو تو نہ صرف تعلیمی کارکردگی کے لحاظ سے بچہ پیچھے رہ جاتا ہے بلکہ جن دیگر مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے وہ درج ذیل ہیں۔

۱۔ تعلیمی ادارے میں "حاوی" (نصابی) زبان اگر بچے کی مادری زبان سے مختلف ہو تو بچہ اس میں اظہار خیال مشکل محسوس کرتا ہے۔ اس کے باعث جھجک اس کی شخصیت کا حصہ بن جاتی ہے وہ مدرسہ کے ماحول میں خود کو پوری طرح فٹ نہیں کرپاتا اور ذہنی دباؤ کا شکار رہتا ہے۔

۲۔ اس ذہنی دباؤ کے باعث وہ خود کو غیر محفوظ خیال کرتا ہے اور تعلیمی لحاظ سے پیچھے رہ جاتا ہے۔

۳۔ بیک وقت دو زبانیں سیکھنے والے بچے دونوں زبانوں میں نالائق رہ جاتے ہیں اور ان میں زیادہ غلطیاں کرتے ہیں۔

۴۔ عام بول چال کی زبان کے علاوہ کسی دوسری زبان میں سبق یاد کرنے میں بچے کو زیادہ وقت اور محنت درکار ہوتی ہے۔ مختلف امور کے بارے میں ان کے خیالات اور فہم واضح نہیں ہو پاتے۔

۵۔ "حاوی" زبان مادری زبان سے مختلف ہونے کی صورت میں بچہ اس زبان کے بولنے والوں سے ذہنی طور پر زبردست مرعوبیت کا شکار رہتا ہے۔ یہ مرعوبیت ساری زندگی کے لیے اس کی شخصیت کا حصہ بن کر رہ جاتی ہے اور ہر معاملہ میں وہ حاوی زبان والوں کی تقلید کا عادی ہو جاتا ہے۔

زبان کے زیادہ اثرات سکول کے دور میں سامنے آتے ہیں۔ امریکہ میں بچوں کی تعلیمی کارکردگی پر اثر انداز ہونے والے عوامل کا جائزہ لیا گیا تو یہ بات نوٹ کی گئی کہ بچہ بہتر تعلیمی نتائج اس وقت ظاہر کرتا ہے جب اس کی تعلیمی زبان وہی ہو جو اس کی عام بول چال کی زبان ہے۔ صورتحال اس کے برعکس ہو تو نہ صرف تعلیمی کارکردگی کے لحاظ سے بچہ پیچھے رہ جاتا ہے بلکہ جن دیگر مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے وہ درج ذیل ہیں۔

۱۔ تعلیمی ادارے میں "حاوی" (نصابی) زبان اگر بچے کی مادری زبان سے مختلف ہو تو بچہ اس میں اظہار خیال مشکل محسوس کرتا ہے۔ اس کے باعث جھجک اس کی شخصیت کا حصہ بن جاتی ہے وہ مدرسہ کے ماحول میں خود کو پوری طرح فٹ نہیں کر پاتا اور ذہنی دباؤ کا شکار رہتا ہے۔

۲۔ اس ذہنی دباؤ کے باعث وہ خود کو غیر محفوظ خیال کرتا ہے اور تعلیمی لحاظ سے پیچھے رہ جاتا ہے۔

۳۔ بیک وقت دو زبانیں سیکھنے والے بچے دونوں زبانوں میں نالائق رہ جاتے ہیں اور ان میں زیادہ غلطیاں کرتے ہیں۔

۴۔ عام بول چال کی زبان کے علاوہ کسی دوسری زبان میں سبق یاد کرنے میں بچے کو زیادہ وقت اور محنت درکار ہوتی ہے۔ مختلف امور کے بارے میں ان کے خیالات اور فہم واضح نہیں ہو پاتے۔

۵۔ "حاوی" زبان مادری زبان سے مختلف ہونے کی صورت میں بچہ اس زبان کے بولنے والوں سے ذہنی طور پر زبردست مرعوبیت کا شکار رہتا ہے۔ یہ مرعوبیت ساری زندگی کے لیے اس کی شخصیت کا حصہ بن کر رہ جاتی ہے اور ہر معاملہ میں وہ حاوی زبان والوں کی تقلید کا عادی ہو جاتا ہے۔

حسن اخلاق کی تعلیم

حسن اخلاق کے بنیادی اور اعلیٰ اوصاف بچے کے ذہن میں ابتدا ہی سے راسخ کرنے اور ان کو اپنے کردار کا حصہ بنانے پر اسے آمادہ کرنا چاہیے۔ مسلم فقہاء بچوں کی تربیت میں حسن اخلاق کی تعلیم کے بارے میں بڑے حساس ہیں۔ دور حاضر کے نامور فقیہہ مولانا اشرف علی تھانوی ؒ لکھتے ہیں:

"غصہ' جھوٹ بولنا' کسی کو دیکھ کر جلنا' حرص کرنا' چوری' چغلی کھانا' اپنی بات کی پچ کرنا' خواہ مخواہ اس کو بنانا' بے فائدہ بات کرنا' بے بات ہنسنا یا ہنسانا' دھوکہ دینا' بھلی بری بات کا نہ سوچنا' ان باتوں میں سے کوئی بات ہو جائے تو فوراً اس کو روکو اور اس پر تنبیہہ کرو۔"

آج مغرب جس اخلاقی بحران سے دوچار ہے اس کی بڑی وجہ یہی ہے کہ انسان تیار کرنے والے کارخانے اپنا کام پس پشت ڈالے ہوئے ہیں۔ مادیت پرستی' عیاشی اور تفریح تمام دوسرے مقاصد پر غالب آ چکی ہے۔ اہل مغرب کی ایک تعلیمی رپورٹ میں اس بات پر سخت تاسف کا اظہار کیا گیا ہے کہ:

"سکولوں پر بچوں کی اخلاقی تربیت کا بار بھی ڈال دیا گیا جو ان کی استعداد اور دائرہ کار سے باہر ہے۔ نتیجہ یہ ہے کہ تعلیم متاثر ہو رہی ہے اسکول وہ کام کیسے کر سکتے ہیں جو صرف گھر ہی میں ہو سکتا ہے۔ ٹیچر صرف ٹیچر ہے وہ والدین کی جگہ نہیں لے سکتا۔"

بچوں کے جدید محققین، حسن اخلاق کے بنیادی اصولوں کی اہمیت کو تسلیم کرتے ہوئے لکھتے ہیں:

"ابتدا ہی سے بچے کو یہ بات ذہن نشین کروائی جانی چاہیے کہ اگر وہ دوسروں کی نظروں میں پسندیدہ ہونا چاہتا ہے تو اسے چاہیے کہ وہ

۱۔ دوسروں کے مفاد کا خیال رکھے۔

۲۔ ذاتی انا کو کبھی کسی معاملے میں ترجیح نہ دے۔

۳۔ اپنی پسند کو دوسروں کی پسند پر قربان کرنا سیکھے۔

۴۔ دوسروں کی خوبیوں اور صلاحیتوں کی تعریف و توصیف کرنا سیکھے اور حسد کو قریب نہ آنے دے۔

۵۔ دوسرے لوگوں کی خامیوں کو نظرانداز کرے اور بے جا تنقید کی عادت نہ اپنائے۔

۶۔ دوسروں کو زبردستی اپنی مرضی پر چلانے کی کوشش نہ کرے۔
تجویز دینا اور بات ہے لیکن حکم چلانا ایک الگ بات۔ اسے ان میں فرق محسوس کروانا چاہیے۔

۷۔ فیاضی کی اچھی عادت ان میں پیدا کرنی چاہیے لیکن ابتدا ہی سے فیاضی اور رشوت کا فرق واضح ہونا چاہیے۔

۸۔ دوسروں کے لیے وقت، محنت، روپے اور پسند کی قربانی دینا سیکھے۔

ان بنیادی اصولوں کو ذہن نشین کروانے اور انہیں شخصیت کا جزو بنانے کا اصل مقام گھر ہے۔ اور اس کی اصل ذمہ داری والدین پر عائد ہوتی ہے۔ گھر کے اس بنیادی کردار سے تغافل کا نتیجہ ہے کہ امریکہ میں کچھ عرصہ قبل ایک تقابلی مطالعہ کیا گیا جس میں ۱۹۴۰ء کے سات اول درجے کے سکولوں کی رپورٹیں حاصل کی گئیں۔ پھر ۱۹۸۲ء

کے سترہ اعلیٰ سطح کے سکولوں کی تعلیمی حالت اور ماحول کے کوائف لیے گئے۔ دونوں رپورٹوں کے نتائج میں نمایاں فرق پایا گیا۔ ۱۹۴۰ء کے زمانہ کے سکولوں کے مسائل حسب ذیل ہیں:

۱۔ بچوں کا شوروغل مچانا

۲۔ ببل گم کھانے کی عادت

۳۔ بولنا

۴۔ سکولوں کی راہداریوں میں بچوں کا بھاگنا

۵۔ قطار توڑنا

۶۔ نامناسب لباس پہننا

۷۔ ردی کاغذوں کو ٹوکری کے بجائے ادھر ادھر پھینکنا

یہ مسائل تکلیف دہ ضرور ہیں لیکن بہرحال بچوں کے فطری رجحانات کی عکاسی کرتے ہیں۔ اب ان کا مقابلہ ۱۹۸۲ء کے سکولوں سے کیجیے اور دیکھیے کہ بیالیس سال کی مدت میں مسائل میں کیسا تغیر آ گیا ہے:

یہ مسائل درج ذیل ہیں:

۱۔ ڈاکہ

۲۔ زنا' ناجائز حمل' اسقاط حمل اور جنسی بیماریاں

۳۔ چوری

۴۔ حملہ

۵۔ لوٹ مار اور آتشزنی

۶۔ بم پھینکنا

۷۔ قتل

۸۔ خودکشی

۹۔ کلاسوں میں غیر حاضری

۱۰۔ غنڈہ گردی

۱۱۔ پستول دکھا کر پیسے بٹورنا

۱۲۔ نشہ بازی

۱۳۔ شراب نوشی

۱۴۔ گروہی لڑائیاں

ایک مغربی ماہر تعلیم کے مطابق آج کے بچے کا سب سے بڑا المیہ یہ ہے کہ وہ اخلاقی تربیت سے محروم ہو چکا ہے۔ "نوبل انعام یافتہ مصنف الیکس کیرول اپنی کتاب "نامعلوم انسان" میں لکھتا ہے:

"موجودہ معاشرے کی سب سے فاش غلطی یہ ہے کہ اس نے تربیت کو گھر کے بجائے مدرسے پر چھوڑ دیا ہے۔ آج کی ماں اپنے بچے کو نرسری میں اس لیے داخل کروا دیتی ہے کہ اسے اپنے عیش کے لیے آزادی حاصل رہے۔"

ایک ماہر نفسیات کی رائے ہے

"امریکی بچہ اندر سے مر چکا ہے ماحول نے اس کے اندر بلند اور لطیف جذبات و احساسات کو ختم کر دیا ہے۔"

سیکولر ذہن ان مسائل کے حل کے لیے ٹامک ٹوئیاں مار رہا ہے۔ وہ ان کے اسباب کی تلاش میں سرگرداں ہے۔ لیکن یہ الجھی گتھیاں ہیں کہ سلجھتی نہیں۔ ایک علاج تجویز ہوتا ہے لیکن پھر اس میں کچھ کوتاہیاں کچھ کمزوریاں نظر آنے لگتی ہیں۔

شاخ نازک پر جو آشیانہ بنے گا ناپائیدار ہو گا

کاش! مغرب کی اندھی تقلید کا خوگر مسلمان جان جائے کہ یہ تقلید اسے کن

پستیوں، ذلتوں میں گرا کر چھوڑے گی۔ کاش وہ جان جائے کہ اس کے پاس تو وہ نسخہ کیمیا ہے جو ہر مرض اور ہر مسئلہ کا شافی علاج ہے۔ وہ تو دنیا کو ان پستیوں ان ذلتوں سے نکالنے کی اہلیت رکھتا ہے۔ کاش ہم اپنا منصب پہچان جائیں۔

سنگاپور کی حکومت نے چند برس قبل نوجوان نسل میں بگاڑ کے اسباب کی تحقیق کے لیے ایک کمیشن قائم کیا تھا۔ وہ اسباب کے تعین اور اس کے علاج میں کسی قدر حقیقت کے قریب پہنچ گیا اس نے لکھا:

"نوجوانوں کے اس بگاڑ کو صرف مذہب اور خدا خوفی روک سکتی ہے۔ اس لیے چاہیے کہ نصاب تعلیم اور درسگاہوں میں مذہبی رجحان پیدا کیا جائے۔"

مولانا اشرف علی تھانوی ؒ نے بہشتی زیور میں/اولاد کی پرورش کے جو طریقے بیان فرمائے ہیں وہ ذیل میں درج کیے جاتے ہیں۔ اس سے اندازہ ہو گا کہ مسلم فقہاء اس معاملہ کو کس قدر اہم خیال کرتے ہیں:

"جاننا چاہیے کہ یہ امر بہت ہی خیال رکھنے کے قابل ہے کیونکہ بچپن میں جو عادت بھلی یا بری پختہ ہو جاتی ہے وہ عمر بھر نہیں جاتی اس لیے بچپن سے جوان ہونے تک ان باتوں کا ترتیب سے ذکر کیا جاتا ہے۔

۱۔ نیک اور دیندار عورت کا دودھ پلائیں۔ دودھ کا بڑا اثر ہوتا ہے۔

۲۔ عورتوں کی عادت ہے کہ بچوں کو کہیں سپاہی سے ڈراتی ہیں کہیں دوسری ڈراؤنی چیزوں سے۔ سو یہ بری بات ہے اس سے بچہ کا دل کمزور ہو جاتا ہے۔

۳۔ اسے دودھ پلانے کے لیے اور کھانا کھلانے کے لیے وقت مقرر رکھو تاکہ وہ تندرست رہے۔

۴۔ اس کو صاف ستھرا رکھو کہ اس سے تندرستی رہتی ہے۔

۵۔ اس کا بہت بناؤ سنگھار مت کرو۔

۶۔ اگر لڑکا ہو اس کے سر پر بال مت بڑھاؤ۔

۷۔ اگر لڑکی ہے اس کو جب تک پردہ میں بیٹھنے کے لائق نہ ہو جائے زیور مت پہناؤ۔ اس سے ایک تو ان کی جان کا خطرہ ہے دوسرے بچپن ہی سے زیور کا شوق دل میں ہونا اچھا نہیں۔

۸۔ بچوں کے ہاتھ سے غریبوں کو کھانا' کپڑا' پیسہ اور ایسی چیزیں دلوایا کرو' اسی طرح کھانے پینے کی چیز ان کے بھائی بہنوں میں یا اور بچوں کے درمیان تقسیم کروایا کرو تاکہ ان کو سخاوت کی عادت ہو۔ مگر یہ یاد رکھو کہ تم اپنی چیزیں ان کے ہاتھ سے دلوایا کرو۔ خود جو چیز شروع سے ان ہی کی ہو اس کا دلوانا درست نہیں۔

۹۔ زیادہ کھانے والوں کی برائی اس کے سامنے کیا کرو مگر کسی کا نام لے کر نہیں بلکہ اس طرح کہ جو کوئی بہت کھاتا ہے لوگ اس کو بیل سمجھتے ہیں۔

۱۰۔ اگر لڑکا ہو سفید کپڑے کی رغبت اس کے دل میں پیدا کرو اور رنگین اور تکلف کے لباس سے اس کو نفرت دلاؤ کہ ایسے کپڑے لڑکیاں پہنتی ہیں۔ تم ماشاء اللہ مرد ہو ہمیشہ اس کے سامنے ایسی باتیں کیا کرو۔

۱۱۔ اگر لڑکی ہو جب بھی زیادہ مانگ چوٹی اور بہت تکلف کے کپڑوں کی اس کو عادت مت ڈالو۔

۱۲۔ اس کی سب ضدیں پوری مت کرو کہ اس سے مزاج بگڑ جاتا ہے۔

۱۳۔ چلا کر بولنے سے روکو۔ خاص طور پر اگر لڑکی ہو تو چلانے پر خود ڈانٹو ورنہ بڑی ہو کر وہی عادت ہو جائے گی۔

۱۴۔ جن بچوں کی عادتیں خراب ہیں یا پڑھنے لکھنے سے بھاگتے ہیں یا تکلف کے کھانے کپڑے کے عادی ہیں ان کے پاس بیٹھنے سے ان کے ساتھ کھیلنے سے ان کو بچاؤ اور ان باتوں سے اس کو نفرت دلاتی رہو۔

۱۵۔ غصہ، جھوٹ، کود کر جلنا یا حرص کرنا، چوری، چغلی کھانا، اپنی بات کی پچ کرنا اور خواہ مخواہ اس کو بنانا، بے فائدہ بہت باتیں کرنا بے بات ہنسنا یا زیادہ ہنسنا، دھوکہ دینا، بھلی بری بات کا نہ سوچنا جب ان باتوں میں سے کوئی ہو جائے فوراً اس کو روکو اس پر تنبیہہ کرو۔

۱۶۔ اگر کوئی چیز توڑ پھوڑ دے یا کسی کو مار بیٹھے تو مناسب سزا دو تاکہ پھر ایسا نہ کرے۔ ایسی باتوں میں پیار دلار ہمیشہ کے لیے بچہ کو کھو دیتا ہے۔

۱۷۔ بہت جلد مت سونے دو۔

۱۸۔ صبح سویرے جاگنے کی عادت ڈالو۔

۱۹۔ جب سات برس کی عمر ہو جائے تو نماز کی عادت ڈالو۔

۲۰۔ جب مکتب جانے کے قابل ہو جائے اول قرآن مجید پڑھاؤ۔

۲۱۔ جہاں تک ہو سکے دین دار استاد سے پڑھواؤ۔

۲۲۔ مکتب جانے میں کبھی رعایت مت کرو۔

۲۳۔ کسی کسی وقت ان کو نیک لوگوں کی حکایتیں سنایا کرو۔

۲۴۔ ان کو ایسی کتابیں مت دیکھنے دو جن میں عاشقی معشوقی کی باتیں یا شرع کے خلاف مضمون اور بیہودہ قصے یا غزلیں وغیرہ ہوں۔

۲۵۔ ایسی باتیں پڑھاؤ جن میں دین کی باتیں اور دنیا کی ضروری کارروائی آ جائے۔

۲۶۔ مکتب سے آ جانے کے بعد کسی قدر دل بہلانے کے لیے اس کو کھیلنے کی اجازت دو تاکہ اس کی طبیعت کند نہ ہو جائے۔ لیکن کھیل ایسا ہو جس میں کوئی گناہ نہ ہو اور چوٹ لگنے کا اندیشہ نہ ہو۔

۲۷۔ آتشبازی یا باجہ یا فضول چیزیں مول لینے کے لیے پیسے مت دو۔

۲۸۔ کھیل تماشے دکھلانے کی عادت مت ڈالو۔

۲۹۔ اولاد کو ضرور کوئی ایسا ہنر سکھا دو جس سے ضرورت اور مصیبت کے وقت چار پیسے حاصل کر کے اپنا اور اپنے بچوں کا گزارہ کر سکے۔

۳۰۔ لڑکیوں کو اتنا لکھنا سکھلا دو کہ ضروری خط اور گھر کا حساب کتاب لکھ سکیں۔

۳۱۔ بچوں کو عادت ڈالو کہ اپنا کام اپنے ہاتھ سے کیا کریں' اپاہج اور سست نہ ہو جائیں۔ ان کو کہو کہ رات کو بچھونا اپنے ہاتھ سے بچھائیں۔ صبح سویرے اٹھ کر تہہ کر کے احتیاط سے رکھ دیں۔ کپڑوں کی الماری اپنے انتظام میں رکھیں۔ ادھڑا پھٹا خود سی لیا کریں' کپڑے خواہ میلے ہوں' خواہ اجلے ہوں ایسی جگہ رکھیں جہاں کیڑے کا' چوہے کا اندیشہ نہ ہو۔

۳۲۔ لڑکیوں کو تاکید کرو کہ جو زیور تمہارے بدن پر ہے رات کو سونے سے پہلے اور صبح کو جب اٹھو دیکھ بھال لیا کرو۔

۳۳۔ لڑکیوں سے کہو جو کام کھانے پکانے' سینے پرونے' کپڑے رنگنے' چیز بننے کا گھر میں ہوا کرے اس میں غور کر کے دیکھا کرو کیسے ہو رہا ہے۔

۳۴۔ جب بچہ سے کوئی بات خوبی کی ظاہر ہو اس پر خوب شاباش دو' پیار کرو' بلکہ اس کو کچھ انعام دو تاکہ اس کا دل بڑھے اور جب اس کی کوئی بری بات دیکھو اول تنہائی میں اس کو سمجھاؤ کہ دیکھو بری بات ہے دیکھنے والے دل میں کیا کہتے ہوں گے اور جس جس کو خبر ہو گی وہ دل میں کیا کہے گا۔ خبردار پھر ایسا مت کرنا۔ نیک بخت لڑکے ایسا نہیں کرتے اور پھر وہی کام کرے تو مناسب سزا دو۔

۳۵۔ ماں کو چاہیے کہ بچے کو باپ سے ڈراتی رہے۔

۳۶۔ بچے کو کوئی کام چھپا کر مت کرنے دو۔ کھیل ہو یا کھانا یا کوئی اور شغل جو کام چھپا کر کرے گا سمجھ جاؤ کہ وہ اس کو برا سمجھتا ہے۔ سو وہ اگر برا ہے تو اس کو چھڑاؤ اور اگر اچھا ہے جیسے کھانا پینا تو اس سے کہو کہ سب کے سامنے کھائے پیئے۔

۳۷۔ کوئی کام محنت کا اس کے ذمہ مقرر کردو جس سے صحت اور ہمت رہے سستی نہ آنے پائے مثلاً لڑکوں کے لئے ڈنڈ' مگدر کرنا' ایک آدھ میل چلنا اور لڑکیوں کے لیے چکی یا چرخہ چلانا ضروری ہے۔ اس میں یہ بھی فائدہ ہے کہ ان کاموں کو عیب نہ سمجھیں گی۔

۳۸۔ چلنے میں تاکید کرو کہ بہت جلدی نہ چلے نگاہ اوپر اٹھا کر نہ چلے۔

۳۹۔ اس کو عاجزی اختیار کرنے کی عادت ڈالو زبان سے' چال سے' برتاؤ سے' شیخی نہ بگھارنے پائے۔ یہاں تک کہ اپنے ہم عمر بچوں میں بیٹھ کر اپنے کپڑے یا مکان یا خاندان یا کتاب' قلم' دوات' تختی تک کی تعریف نہ کرنے پائے۔

۴۰۔ کبھی کبھی اس کو تھوڑے سے پیسے دے دیا کرو کہ اپنی مرضی کے موافق خرچ کیا کرے۔ مگر اس کو یہ عادت ڈالو کہ کوئی چیز تم سے چھپا کر نہ خریدے۔

۴۱۔ اس کو کھانے کا طریقہ اور محفل میں اٹھنے بیٹھنے کا طریقہ سکھلاؤ۔

کھانے کا طریقہ

داہنے ہاتھ سے کھاؤ' شروع میں بسم اللہ کہو اپنے سامنے سے کھاؤ' اوروں سے پہلے مت کھاؤ' کھانے کو گھور کر مت دیکھو' کھانے والوں کی طرف مت دیکھو' بہت جلدی جلدی مت کھاؤ' خوب چبا کر کھاؤ۔ جب تک لقمہ نگل نہ لو دوسرا لقمہ منہ میں مت رکھو' شوربا وغیرہ کپڑے پر نہ ٹپکنے پائے' انگلیاں ضرورت سے زیادہ نہ لتھڑنے پائیں۔

محفل میں اٹھنے بیٹھنے کا طریقہ

جس سے ملو ادب سے ملو' نرمی سے بولو' محفل میں تھوکو نہیں' وہاں ناک صاف مت کرو' اگر ایسی ضرورت ہو وہاں سے الگ چلے جاؤ' اگر جمائی یا چھینک آئے منہ پ

ہاتھ رکھ لو' آواز پست کرو' کسی کی طرف پشت مت کرو' کسی کی طرف پاؤں مت کرو' ٹھوڑی کے نیچے ہاتھ دے کر مت بیٹھو' انگلیاں مت چٹخاؤ' بلاضرورت بار بار کسی کی طرف مت دیکھو' ادب سے بیٹھے رہو' بہت مت بولو' بات بات میں قسم مت کھاؤ' جہاں تک ممکن ہو خود کلام مت شروع کرو' جب دوسرا شخص بات کرے خوب توجہ سے سنو تاکہ اس کا دل نہ بجھے' البتہ اگر گناہ کی بات ہو مت سنو یا تو منع کر دو یا وہاں سے اٹھ جاؤ' جب تک کوئی شخص بات پوری نہ کرے بیچ میں مت بولو۔ جب کوئی آئے اور محفل میں جگہ نہ ہو ذرا اپنی جگہ سے کھسک جاؤ' مل کر بیٹھ جاؤ کہ جگہ ہو جائے۔

جب کسی سے ملو یا رخصت ہونے لگو "السلام علیکم" کہو اور جواب میں وعلیکم السلام کہو اور طرح طرح کے الفاظ مت کہو۔"

مسلم فقہا کے ان نظریات کا مقابلہ اب ذرا امریکی دانشوروں کی آراء سے کیجئے۔ ماہرین تعلیم بچوں کے اخلاقی اور تعلیمی صورتحال کو دیکھتے ہوئے یہ تسلیم کرنے پر مجبور ہو گئے کہ:

"افسوس یہ ہے کہ امریکی سوسائٹی میں یہ نہیں سکھایا جاتا کہ ہمیں دوسروں کا خیال بھی کرنا چاہیے۔ نفسا نفسی کا عالم ہے۔"

وجوہات کا تجزیہ کرتے ہوئے بتایا جاتا ہے کہ:

"ایک امریکی بچہ ۱۶ سال کی عمر تک ٹی وی پر دو لاکھ تشدد کے مناظر اور ۳۳ ہزار قتل کی وارداتیں دیکھ چکتا ہے۔"

گویا کہ تشدد اور دہشت کا پہلا سبق ایک غالب اکثریت ٹی وی سے حاصل کرتی ہے۔ اس کے بعد وڈیو کیسٹ گانے ہیں جو اس قدر واہیات ہیں کہ سلیم الفطرت انسان کے لیے اس کا تحریر کرنا یا سننا بھی ممکن نہیں۔

وجوہات کے تعین کے بعد تجاویز یہ ہیں۔

ا۔ مجرم بچوں کو سخت سزائیں دی جائیں۔

ب۔ ٹی وی پر مار دھاڑ اور جنسی مناظر کم سے کم دکھائے جائیں۔

ج۔ ویڈیو کیسٹ پر سختی سے کنٹرول کیا جائے۔

د۔ تعلیمی بجٹ میں اضافہ اور بچوں میں سنجیدہ اور علمی شوق پیدا کرنے کی کوشش کی جائے۔

فاعتبرو یا اولی الابصار اوپر چڑھنے کے لیے کیا یہ ضروری ہے کہ پہلے کسی اتھاہ گڑھے یا کھائی میں چھلانگ لگائی جائے اور پھر بلندی پر آنے کے لیے سیڑھیوں کی تلاش شروع ہو؟

دعا

والدین اپنی اولاد کو دنیا میں بہترین مقام پر دیکھنے کے خواہشمند ہوتے ہیں ان کی زندگی کی ساری جدوجہد اور محنت کا حاصل یہی ہے کہ ان کے بچے اعلیٰ تعلیم حاصل کریں معاشرے میں قبول کئے جائیں۔ نمایاں حیثیت پائیں۔

والدین تقویٰ اور رضائے رب کی لذت سے آشنا ہوں تو ان کے لیے اولاد کی اصل کامیابی اور فلاح یہ ہے کہ وہ اپنے رب کی متعین کردہ راہوں پر چلنا سیکھ جائے' تاکہ یوم الحساب کو ان میں کسی کو شرمساری سے دوچار نہ ہونا پڑے جب کوئی سفارش کوئی فدیہ کام نہ آسکے گا۔

اولاد کی تربیت میں حتی المقدور محنت اور توجہ اپنی جگہ لیکن اپنے رب سے استعانت کی طلب ایسا معاملہ ہے کہ اپنے رب کو جاننے اور پہچاننے والا کوئی شخص اس سے مستغنی نہیں ہو سکتا۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ اولاد کے معاملہ میں والدین کی التجاؤں کو پذیرائی بخشی جاتی ہے۔ مختلف مواقع پر اولاد کے حق میں غصہ اور بددعا سے منع فرمایا گیا ہے۔ رب کریم کے نزدیک سب سے بہتر چیز جو والدین اپنی اولاد کے لئے مانگ سکتے ہیں وہ ہدایت ہے' تقویٰ ہے' سب سے بہتر عادت جس کے لئے دعا کی جانی چاہیے وہ ان کا نمازی ہونا ہے۔ چنانچہ حضرت ابراہیم علیہ السلام نے اپنی اولاد کے لیے جو دعائیں مانگیں ان میں نمایاں ترین یہ ہے جو ہر مسلمان نمازی ہر روز دن میں کئی

مرتبہ پڑھتا ہے۔

"اے میرے رب مجھے نماز قائم کرنے والا بنا اور میری اولاد کو بھی۔ اے ہمارے رب ہماری دعا قبول فرمایئے۔ اے ہمارے رب میری مغفرت فرما اور میرے والدین کی بھی اور مومنین کی روز جزا کے دن۔ (ابراہیم۔۴۰)

حضرت ابراہیم علیہ السلام نے اپنی اولاد کے لیے مزید جو کچھ مانگا وہ یہ ہے:

"اے ہمارے رب ہم دونوں کو اپنا مسلم (مطیع فرمان) بنا' ہماری نسل سے ایک ایسی قوم اٹھا جو تیری فرمانبردار ہو' ہمیں اپنی عبادت کے طریقے بتا اور ہماری کوتاہیوں سے درگزر فرما بے شک تو بڑا انصاف کرنے والا اور رحم فرمانے والا ہے۔" (البقرہ۔۱۲۸)

دعا بذات خود عظیم قدرتیں رکھنے والے رب کے حضور عجزوانکساری کا اظہار ہے۔ اپنی قلبی خواہشات اور آرزوؤں کی تکمیل میں مدد کی طلب ہے۔ اپنے رب سے مانگنا ہے تو بس یہ کہ اے ہمارے رب ہمیں اور ہماری اولاد کو بس اپنا مطیع و فرمانبردار بنا لے۔ ہمیں دنیا کی بھی بھلائیاں اور کامرانیاں عطا فرمایئے کہ اس میں ہماری معیشت ہے اور آخرت کی ابدی بھلائیاں اور کامیابیاں بھی ہمارے مقدر میں کر دیجئے کہ ہمیں لوٹ کر تو وہیں جانا ہے۔ ہمیں اس کے خسارے سے بچایئے اور آگ کے عذاب سے بچایئے۔

ہادی برحق نے سورۃ الفرقان میں عبادالرحمان کی جو صفات تعلیم فرمائیں اس میں بات کا اختتام اس دعا پر کرتے ہیں۔ (الفرقان۔۷۴)

"اے ہمارے رب ہمیں اپنے ازواج اور اپنی اولاد سے آنکھوں کی ٹھنڈک عطا فرما اور ہمیں پرہیزگاروں کا امام بنا۔" (الفرقان۔۷۴)

سچی بات یہ ہے کہ ایک مومن کو بیوی بچوں کے حسن و جمال سے نہیں بلکہ ان

کی نیک خصالی سے ٹھنڈک حاصل ہوتی ہے۔ اس کے لیے اس سے بڑھ کر کوئی چیز تکلیف دہ نہیں ہو سکتی کہ جو دنیا میں اس کو سب سے زیادہ پیارے ہیں انہیں دوزخ کا ایندھن بننے کے لیے تیار ہوتے دیکھے۔ رحمٰن کے بندے ایسی دعاؤں کا خصوصی اہتمام تو کرتے ہیں اس کے ساتھ نوافل اور صدقات کی بھی کثرت رکھتے ہیں۔

یہاں ایک اور اہم بات ملحوظ خاطر رہے۔ قبولیت دعا کے لیے اہم ترین شرائط میں سے ایک رزقِ حلال ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے بڑے واضح الفاظ میں متنبہ فرمایا کہ رزق حرام سے پرورش پانے والے شخص کی دعا ہرگز قبول نہیں کی جائے گی۔ بزرگوں نے اپنے مشاہدہ کی بات بتائی ہے کہ رزق حرام پر پلے ہوئے بچے انجام کار نقصان اور خسارے کا باعث ہوتے ہیں۔ اولاد کے اخلاق و کردار بہترین بنیادوں پر تشکیل دینے کی آرزو رکھنے والے والدین اپنی اولاد کو لقمہ حلال فراہم کرنے کے لیے بڑی تگ و دو کرتے ہیں حتیٰ کہ صاحب تقویٰ تو مشکوک و مشتبہ مال سے بھی پرہیز کرتے ہیں۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

"لوگو! اللہ تعالیٰ پاک ہے وہ صرف پاک ہی کو قبول کرتا ہے اور اس نے اس بارے میں جو حکم اپنے پیغمبروں کو دیا ہے وہی اپنے سب مومن بندوں کو دیا ہے پیغمبروں کے لئے اس کا ارشاد ہے۔

"اے رسولو! تم کھاؤ پاک اور حلال غذا اور عمل کرو صالح۔ میں تمہارے اعمال سے خوب واقف ہوں۔"

اور اہل ایمان کو مخاطب کر کے فرمایا

"اے ایمان والو! تم ہمارے رزق میں سے حلال اور طیب کھاؤ۔"

اس کے بعد حضورؐ نے ذکر فرمایا ایک ایسے آدمی کا جو طویل سفر کر کے (کسی مقدس مقام پر) ایسی حالت میں جاتا ہے کہ اس کے بال پراگندہ ہیں اور جسم اور کپڑوں پر گردوغبار ہے' اور آسمان کی طرف ہاتھ اٹھا کر دعا کرتا ہے۔

"اے میرے پروردگار! اے میرے پروردگار! اور حالت یہ ہے کہ اس کا کھانا حرام ہے' اس کا پینا حرام ہے' اس کا لباس بھی حرام ہے' اور حرام غذا سے اس کی نشوونما ہوئی ہے۔ تو اس کی دعا کیسے قبول ہو گی؟"

بندہ مومن کو قبولیت دعا کی یہ شرط پوری کرنے کے بعد ہی دعا مانگنے کی ہمت ہو سکتی ہے۔

ہم اپنی بات کا خاتمہ اس دعا پر کرتے ہیں جو نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمیں تعلیم فرمائی۔

اے اللہ! ہماری سماعت و بصارت اور ہمارے قلوب اور ہمارے ازواج اور اولاد میں برکت عطا فرمائیے۔ آپ بڑے عنایت فرمانے والے بڑے مہربان ہیں اور ہمیں اپنی نعمتوں کا شکرگزار اور ثنا خواں اور قدر کے ساتھ قبول کرنے والا بنائیے اور ہمیں اپنی نعمتیں بھرپور عطا فرمائیے۔

دعوۃ اکیڈمی کے اغراض و مقاصد

- دعوت و تبلیغ کے میدان میں تعلیمی، تربیتی، اور تحقیقی پروگراموں کی منصوبہ بندی کرنا اور انہیں فروغ دینا۔
- مساجد کے ائمہ اور دیگر شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والے افراد کے لیے تربیتی پروگرام تیار کرنا۔
- دعوت و تبلیغ اور تربیتِ اُمت کے پروگرام کا لائحہ عمل اور طریق کار وضع کرنا۔
- دعوتی میدان میں اسلامی لٹریچر کی تیاری اور اس کو پھیلانے کیلئے مناسب منصوبہ بندی۔
- دعوتی نقطۂ نظر سے سمعی و بصری پروگرام تیار کرنا۔
- ملک کے اندر اور باہر دعوت اسلامی کے مقاصد رکھنے والے دیگر اداروں کے ساتھ تعاون اور ربط۔
- خط و کتابت کے ذریعہ عوام الناس تک دین کی دعوت پہنچانا۔
- دعوت و تبلیغ کا ایک بین الاقوامی معلوماتی مرکز قائم کرنا۔
- اکیڈمی کے مقاصد کی تکمیل کے لیے دعوتی کتب، رپورٹیں، تعلیمی جائزوں اور دیگر ایسے مواد کی اشاعت کا اہتمام کرنا جو دعوتی کام میں ممد و معاون ہو۔
- اکیڈمی کے پروگرام کو آگے بڑھانے کے لیے علاقائی مراکز قائم کرنا۔

ادع الی سبیل ربک بالحکمۃ والموعظۃ الحسنۃ

دعوۃ اکیڈمی

بین الاقوامی اسلامی یونیورسٹی اسلام آباد

پوسٹ بکس نمبر ۱۴۸۵، اسلام آباد۔